

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»  
Навчально-науковий інститут психології**

**Кафедра психології**

Юрченко Даріна Богданівна

УДК 159.9 \_\_\_\_\_

**Кваліфікаційна робота**

Міжособистісні стосунки в групі як чинник адаптації студентів до навчання у ЗВО.

053 «Психологія»

«Психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Кваліфікаційна робота містить результати власних доробок. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело \_\_\_\_\_ Д.Б.Юрченко

Науковий керівник (консультант) Склярова Ганна Олександрівна  
канд. психол. наук, доцент каф. психології

**Київ – 2023**

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ В ГРУПІ СТУДЕНТІВ .....</b>	<b>6</b>
1.1 Поняття та типологія міжособистісних стосунків в групі.....	6
1.2. Формування міжособистісних стосунків в групі .....	12
1.3 Роль міжособистісних стосунків в адаптації студентів до навчання у ЗВО .....	16
Висновки до розділу 1 .....	23
<b>РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ В ГРУПІ СТУДЕНТІВ ТА ЇХ ВПЛИВУ НА АДАПТАЦІЮ .....</b>	<b>24</b>
2.1. Організація та методики дослідження міжособистісних стосунків студентів.....	24
2.2. Аналіз й інтерпретація результатів дослідження .....	28
Висновки до розділу 2 .....	32
3.1 Рекомендації щодо поліпшення міжособистісних стосунків у студентській групі.....	34
3.2 Рекомендації для поліпшення процесу адаптації студентів до навчання у ЗВО. ....	39
3.3 Тренінгова програма із розвитку якостей та вдосконалення навичок, необхідних студентам для поліпшення міжособистісних стосунків у студентській групі.....	43
Висновки до розділу 3 .....	47
<b>ВИСНОВКИ .....</b>	<b>49</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....</b>	<b>52</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження** полягає в тому, що університети та інші ЗВО не лише забезпечують студентів знаннями, але й відіграють важливу роль у їх соціальній інтеграції та формуванні міжособистісних стосунків. Взаємини між студентами в групах можуть впливати на їхній стан здоров'я, настроїв, успішну адаптацію до навчання у ЗВО, й відповідно - на мотивацію до навчання й академічну успішність. Тому вивчення міжособистісних стосунків в групі допоможе визначити проблеми, які існують у цій сфері, й можуть перешкоджати адаптації. Це дозволить запропонувати рішення, які зможуть поліпшити ефективність навчання та підтримати студентів у процесі адаптації до нього.

До того ж, студенти-першокурсники деяких ЗВО, які приступили до навчання у вересні 2023 року, взагалі не бачили один одного офлайн, що зумовлює певні особливості встановлення між ними міжособистісних відносин. Отже, розуміння того, як взаємодіють студенти в цифрових групах є вкрай необхідним.

Дослідження міжособистісних стосунків в групі студентів, та їх впливу на процес адаптації, є важливим завданням для науковців, педагогів та практиків у галузі освіти. Ці питання були предметом розгляду науковців, які досліджували взаємозв'язок між міжособистісними стосунками та процесом навчання, та встановили, що відносини між студентами в групі мають велике значення для їхньої успішної адаптації. Також, дослідження, яке показало, що позитивні міжособистісні стосунки в групі студентів впливають на їхню мотивацію та емоційний стан, що в свою чергу може відобразитися на їхній успішності в навчанні. Крім того, дослідження показали, що наявність позитивних міжособистісних стосунків в групі студентів сприяє їхній соціальній інтеграції та підвищує рівень самооцінки, що, в свою чергу, може позитивно впливати на їхню академічну успішність та загальну добробут.

Отже, дослідження міжособистісних стосунків в групі студентів є важливим напрямком в галузі освіти, що може допомогти педагогам та

практикам розробити ефективні підходи до створення сприятливого середовища для адаптації студентів до навчання у ЗВО. Однак, досліджень впливу міжособистісних стосунків саме цифрових студентських груп (тобто таких, у яких взаємодія їх учасників відбувається переважно онлайн), на успішність адаптації студентів до навчання в таких умовах, бракує. Отже, дана робота є актуальною та важливою, оскільки може допомогти зрозуміти важливість міжособистісних стосунків в групі та їх вплив на процес адаптації студентів до навчання у ЗВО.

**Мета дослідження** – вивчення впливу міжособистісних стосунків в групі на адаптацію студентів до навчання у вищих навчальних закладах.

**Завдання:**

1. Розглянути визначення та класифікацію міжособистісних стосунків в групі студентів ЗВО.
2. Теоретично вивчити вплив міжособистісних стосунків на процес адаптації студентів до навчання у ЗВО.
3. Емпірично дослідити вплив міжособистісних стосунків на успішність адаптації студентів у навчальному процесі.
4. Розробити рекомендації щодо вдосконалення міжособистісних стосунків у групі студентів ЗВО з метою покращення їх процесу адаптації до навчання.

**Об'єкт дослідження** – міжособистісні стосунки.

**Предмет дослідження:** міжособистісні стосунки як чинник адаптації студентів до навчання у ЗВО.

**Методи дослідження:**

**Емпіричні:**

1. Авторський опитувальник «Опитувальник з дослідження міжособистісних стосунків студентів» використовується для вимірювання та дослідження міжособистісних стосунків серед студентів.

2. Опитувальник на діагностику комунікативної толерантності (В. Бойко). Використовується для вимірювання рівня комунікативної толерантності у людей.

3. Опитувальник на визначення рівня комунікативної емпатії (І. Юсупов). Використовується для вимірювання рівня емпатії у людей у контексті комунікації.

4.Методика К. Томаса діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки, адаптація Н.В. Гришиної використовується для вимірювання рівня схильності особистості до конфліктної поведінки.

**Наукова новизна дослідження** полягає в тому, що до цього часу відносини в групі розглядалися переважно в контексті їх впливу на навчальні досягнення студентів, але ми зосереджуємося на тому, як вони впливають на процес адаптації до навчального середовища.

**Практичне значення** одержаних результатів полягає в тому, що вони можуть бути використані для подальших досліджень з даної тематики, а також для покращення практики організації навчального процесу в ЗВО. Отримані результати можуть бути використані для розробки методів та прийомів, що допомагатимуть студентам краще адаптуватися до нового навчального середовища. Крім того, результати дослідження можуть бути корисними для психологів та викладачів, які працюють зі студентами, щоб допомогти їм адаптуватися й досягнути кращих результатів навчання та зберегти мотивацію для навчання.

**Структура роботи:** робота складається зі вступу, трьох розділів, поділених на підрозділи, висновків до розділів та загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 53 найменувань, додатків на 12 сторінках.

Основний зміст роботи викладений на 49 сторінках і містить 4 таблиць. Загальний обсяг роботи – 68 сторінок.

# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ В ГРУПІ СТУДЕНТІВ

### 1.1 Поняття та типологія міжособистісних стосунків в групі

Природа міжособистісних відносин в будь-яких спільнотах достатньо складна. В них виявляються як суто індивідуальні якості особистості – її емоційні і вольові властивості, інтелектуальні можливості, так і засвоєні особистістю норми і цінності суспільства. В системі міжособистісних відносин людина реалізує себе, віддаючи суспільству сприйняте в ньому. Саме активність особистості, її діяння є найважливішою ланкою в системі міжособистісних відносин. Вступаючи у міжособистісні відносини найрізноманітніших за формою, змістом, цінностями в структурі людських спільнот - в дитячому садку, в класі, в дружньому колективі, в різного роду формальних і неформальних об'єднаннях, - індивід проявляє себе як особистість і представляє можливість оцінити себе в системі відносин з іншими.

Продуктивними з точки зору методологічного підходу слід вважати соціометричний метод Я.Л. Морено[1], який дозволяє визначити структуру міжособистісних взаємин членів групи; школи «групової динаміки» К. Левіна, де досліджуються групові процеси і його «теорія поля», яка покладена в основу вивчення малих груп, соціологічний напрям; Е. Мейо [2], відомий під назвою «хотторнських експериментів» та ін.

Міжособистісні стосунки в групі визначаються як взаємодія та відносини між людьми в групі. Вони можуть бути важливим чинником для формування атмосфери співпраці, довіри та підтримки в групі, що сприяє кращому навчанню та досягненню спільних цілей[28].

Для розуміння і кращого вивчення міжособистісних стосунків було розроблено типологію, яка дозволяє класифікувати різні види взаємовідносин між людьми у групі. Перша типологія міжособистісних стосунків, яка була

розроблена, - це традиційна типологія, яка базується на двох основних вимірах: афіліації та домінування. Ця типологія розподіляє міжособистісні стосунки на чотири типи: кооперація, конкуренція, компроміс та унікальність. Кооперація відноситься до взаємовідносин, коли люди діють разом з метою досягнення спільної мети.

Конкуренція відноситься до взаємовідносин, коли люди конкурують один з одним за досягнення певної мети. Компроміс відноситься до взаємовідносин, коли люди згодні на взаємній уступці, щоб досягнути спільної мети. Унікальність відноситься до взаємовідносин, коли кожна особа в групі має свій власний, індивідуальний підхід до досягнення спільної мети. Друга типологія міжособистісних стосунків - типологія Кіркпатріка [10], в основі якої лежить дослідження міжособистісних стосунків у дитячих групах. Вона включає в себе чотири типи: популярність, відмовлення, ізоляція та контроверзійність [10].

Крім того, до типів міжособистісних стосунків в групі можна віднести і такі, які формуються на основі спільного вирішення завдань або досягнення спільної мети. Наприклад, коли група студентів працює над проектом, вони можуть створити стосунки на основі спільної роботи та зусиль. Такі стосунки можуть бути дуже продуктивними, оскільки люди в них почуваються залежними один від одного та дотримуються певної ролі в групі. Отже, типологія міжособистісних стосунків у групі є досить різноманітною та складною. Вона включає в себе не лише позитивні стосунки, такі як дружба та підтримка, але й негативні, які можуть бути спричинені конфліктами та конкуренцією. Важливо розуміти, що різні типи стосунків можуть формуватися в різних ситуаціях та відображати різний ступінь взаємодії та співробітництва в групі[32]

Для успішної роботи в групі та досягнення спільної мети важливо не лише знати про різні типи міжособистісних стосунків, але й вміти дотримуватися правил взаємодії та спілкування в групі, проявляти повагу до думок та поглядів інших, виявляти емпатію та розвивати навички співпраці.

Тільки таким чином можна досягнути успіху як в груповій діяльності, так і в особистому житті. Крім цього, до типології міжособистісних стосунків можна віднести різні форми взаємодії між людьми в групі.[36]

Однією з форм міжособистісних стосунків є дружба. Друзі - це люди, які добре розуміють один одного, допомагають і підтримують один одного. У групі друзі можуть мати позитивний вплив на студентів, зокрема, допомагати їм адаптуватися до навчання, створювати позитивну атмосферу і допомагати у розв'язанні проблем. Це один з найбільш позитивних типів міжособистісних стосунків, що виникають в групі. Друзі підтримують один одного, допомагають і надають емоційну підтримку[32].

Конфлікти - це інший тип міжособистісних стосунків, які можуть виникати в групі. Конфлікти можуть виникати через різні погляди, цінності, інтереси, недовіру тощо. Хоча конфлікти можуть бути негативними, вони можуть також допомогти учасникам групи розвиватися, знаходити нові рішення і вивчати, як ефективно працювати разом. Іншим типом міжособистісних стосунків є конкуренція. Цей тип міжособистісних стосунків характеризується змагальністю між учасниками групи. Конкуренція може бути конструктивною, але може також викликати конфлікти та створювати напругу в групі. Вона може бути корисною, якщо вона спонукає студентів до покращення своїх навичок, досягнення кращих результатів і збільшення мотивації до навчання. В таких стосунках кожен старається виграти чи відзначитися в очах інших, незалежно від того, як це впливає на спільну роботу групи. Такий тип стосунків може призвести до конфліктів та погіршення роботи групи. До цього переліку, залежно від характеру взаємодії, можна додати також наступні типи міжособистісних стосунків в групі.[4]

Співпраця. Цей тип міжособистісних стосунків базується на співпраці та партнерстві між учасниками групи. Співпраця може бути направлена на досягнення спільної мети.

Ворожнеча. Цей тип міжособистісних стосунків виникає, коли між учасниками групи існують взаємні неприязні або конфлікти. Ворожнеча може

негативно впливати на ефективність роботи групи та створювати негативну атмосферу.

Індиферентність. Цей тип міжособистісних стосунків характеризується відсутністю взаємодії та інтересу між учасниками групи. Індиферентність може виникати в результаті різних чинників, таких як відмінності відносно цілей групи.

Кооперативні стосунки. Це співпраця та підтримка одне одного в досягненні спільних цілей. У таких стосунках група працює як команда, де кожен учасник бере на себе певну роль та відповідальність. Цей тип стосунків сприяє ефективній роботі групи та підвищує мотивацію кожного її учасника.

Соціальні стосунки. Це взаємодія, яка базується на бажанні створити атмосферу довіри та дружби між учасниками групи. У таких стосунках люди стараються розвивати взаєморозуміння та підтримувати одне одного в різних ситуаціях. Цей тип стосунків може покращити емоційний стан кожного учасника та сприяти ефективній комунікації в групі. Отже, міжособистісні стосунки в групі - це взаємодія та спілкування між людьми, які знаходяться в спільному середовищі і мають спільні цілі та інтереси. Вони можуть впливати на ефективність роботи групи та на самопочуття кожного її учасника [6].

Міжособистісні стосунки відіграють важливу роль у нашому житті, оскільки ми постійно перебуваємо в контакті з іншими людьми. У групах, таких як клас, робочий колектив, друзі, формуються різні типи міжособистісних стосунків, які можна класифікувати за деякими ознаками[4].

Міжособистісні стосунки в групі студентів можуть бути дуже різноманітні та відрізнятись за характером та інтенсивністю взаємодії між учасниками.

1. Формальні стосунки. Це відносини, які встановлюються на основі ролі, яку виконують учасники групи, тобто на основі офіційної позиції в групі. Такі стосунки можуть бути пов'язані з виконанням певних завдань чи обов'язків, але не передбачають інтенсивної соціальної взаємодії між учасниками.

2. Інформальні стосунки. Це відносини, які виникають між учасниками групи на основі особистих відносин. Такі стосунки можуть формуватись на основі подібних інтересів, хобі, переконань тощо. Інформальні стосунки можуть бути дуже важливі для підтримки позитивного клімату в групі та покращення співпраці між учасниками.

3. Конфліктні стосунки. Це відносини, які виникають на основі розбіжностей, незгод чи суперництва між учасниками групи. Конфліктні стосунки можуть бути пов'язані з розподілом ресурсів, впливом на прийняття рішень, виконанням завдань тощо. Такі стосунки можуть впливати на роботу групи та зменшувати ефективність її діяльності.

4. Колаборативні стосунки. Це відносини, які виникають на основі співпраці між учасниками групи з метою досягнення спільної мети.

Класифікація типів міжособистісних стосунків в групі студентів може бути виконана на основі різних критеріїв, таких як:

1. За рівнем близькості:

- близькі стосунки (найбільш інтимні стосунки, зазвичай з особами, які знаходяться біля вас);
- особисті стосунки (другі стосунки, де є значна довіра та взаємне розуміння);
- соціальні стосунки (нестійкі стосунки, які виникають у зв'язку з обмеженими спільними інтересами або позицією в групі).

2. За характером відносин:

- дружба (взаємно корисні стосунки між студентами, які ґрунтуються на спільних інтересах, цінностях та рівність);
- коаліція (союз між двома або більше студентами, спрямований на досягнення спільної мети);
- конкуренція (протистояння між студентами в змагальному середовищі, де вони прагнуть досягти більшого успіху, ніж інші);
- ворожнеча (негативні стосунки, що виникають у зв'язку зі суперечками та конфліктами між студентами).

3. За цілями стосунків:

- співпраця (співпраця між студентами для досягнення спільної мети);
- підтримка (створення стосунків з метою допомогти іншому студенту);
- знайомства (встановлення стосунків для збільшення своєї соціальної мережі);
- розваги (взаємодія з метою розважальних заходів або спільного часу проведення).

4. За рівнем впливу на один одного:

- односторонній вплив (відносини, у яких один студент впливає на іншого, але не отримує впливу у відповідь);
- взаємодія (відносини, у яких студенти впливають один на одного взаємно і рівно);
- домінування (відносини, у яких один студент має значний вплив на іншого).

5. За типом спілкування:

- особисті (стосунки, які характеризуються інтимним спілкуванням, спільними інтересами, ідеями та емоціями);
- професійні (стосунки, які базуються на спільних професійних інтересах та цілях);
- академічні (стосунки, що виникають в зв'язку зі спільним навчанням та роботою над проектами);
- соціальні (стосунки, які виникають у зв'язку зі спільними заходами та захопленнями).

6. За тим, як довго тривають стосунки:

- тимчасові стосунки (стосунки, які тривають лише деякий час, наприклад, під час спільного проекту);
- тривалі стосунки (стосунки, які тривають протягом тривалого періоду, можуть бути засновані на дружбі або професійній взаємодії).

## 7. За рівнем інтеракції:

- активні стосунки (стосунки, які базуються на частій взаємодії та обміні інформацією);
- пасивні стосунки (стосунки, які базуються на мінімальній взаємодії та обміні інформацією).

Ця типологія міжособистісних стосунків в групі студентів можуть допомогти класифікувати взаємовідносини між студентами та визначити, які чинники сприяють або перешкоджають їх розвитку. Ця класифікація може бути корисною для студентів, які хочуть розвивати свої міжособистісні вміння та встановлювати позитивні стосунки в групі[31].

### **1.2. Формування міжособистісних стосунків в групі**

Вивчення природи міжособистісних відносин непросте завдання. Особливо складно вирішуване в студентських колективах. Студентська група - спільність автономна й самодостатня. Вона здатна сама вирішувати свої внутрішні проблеми, а її активність пов'язана з соціальним життям факультету, університету, вирішенням проблем соціального характеру.

Студентська група формально-логічно характеризується як первинна, реальна, мала група, офіційно створена (зовнішні організована), яка може вміщувати в себе й неформальні мікрогрупи. Вона створюється у вищому навчальному закладі, що обумовлюється потребами управління.

У вищому навчальному закладі, особливо у студентів першого курсу відбувається трансформація основних тенденцій міжособистісного спілкування і уявлення про себе у зв'язку з залученням до функціонування академічної групи, відповідно до обраної спеціальності. Спільна підготовка до навчальних занять і виконання завдань передбачає взаємодію у процесі встановлення контактів, обміну інформацією. У процесі навчання відбувається зіткнення інтересів, думок, поглядів, інколи виникають суперечки, що ускладнюють міжособистісні взаємини у студентській групі. Це

зумовлює актуалізацію й необхідність формування міжособистісних взаємин студентів на засадах взаємоповаги і взаєморозуміння [7].

Формування міжособистісних стосунків в групі є важливим процесом для студентів у ЗВО. Групова взаємодія та стосунки між її учасниками можуть вплинути на студентів у різних аспектах, від академічної успішності до емоційного стану.

Перший етап формування міжособистісних стосунків у групі включає встановлення контакту між учасниками, дослідження особливостей та інтересів інших, встановлення ролей та позицій. Цей етап може бути складним, оскільки учасники можуть не знати, як найкраще взаємодіяти з іншими та дізнатися більше про них. На першому етапі формування групи важливо встановити контакти між учасниками та дізнатися більше про них. Це можна зробити, наприклад, за допомогою ігор, спільних завдань або дискусій. Важливо навчитися ефективно спілкуватися та демонструвати свої інтереси та потреби. На цьому етапі також відбувається формування ролей та позицій у групі, що може відігравати важливу роль у подальшому спілкуванні та розвитку стосунків.

Другий етап - нарощування - включає вивчення та дослідження інших учасників групи, встановлення зв'язків та розвиток взаємин між ними. На цьому етапі можуть формуватися дружби та інші позитивні стосунки між учасниками групи. Включає в себе глибше дослідження та вивчення інших учасників групи. На цьому етапі можуть формуватися певні групи інтересів або ставати видимими певні конфлікти. Важливо дотримуватися засад взаємної поваги та толерантності, щоб вникнути в проблематику та погляди інших учасників групи.

Третій етап - стабілізація - включає встановлення більш стійких та довготривалих стосунків між учасниками групи. Ці стосунки можуть бути важливими для досягнення спільних цілей групи та можуть вплинути на результативність групи в цілому. Формуються більш стійкі та довготривалі стосунки. Учасники групи можуть розвивати взаємне довіру та підтримку, які

можуть бути важливими для досягнення спільних цілей та подальшого спілкування [4].

У групах студентів можуть формуватися різні типи міжособистісних стосунків, такі як дружба, конфлікт, конкуренція та інші. Для успішного формування позитивних міжособистісних стосунків у групі важливо розвивати спілкування та емпатію, підтримувати довіру та взаєморозуміння, вміти дослухатися до думок та поглядів інших учасників групи.

Розглядаючи різні типів міжособистісних стосунків, можна сказати, що дружба є одним з найбільш позитивних типів стосунків, оскільки вона ґрунтується на взаємному повазі та зацікавленості у добробуті іншої людини. Дружба може бути особистою або професійною, залежно від того, які сфери життя об'єднують учасників групи. Отже, формування міжособистісних стосунків в групі є важливим процесом для навчання в ЗВО. Розуміння різних типів міжособистісних стосунків та розвиток вмінь побудови позитивних стосунків можуть допомогти студентам досягти кращих результатів в навчанні та поза ним[30].

Крім того, важливим аспектом формування міжособистісних стосунків у групі є підтримка позитивної атмосфери та клімату в групі. Це можна зробити шляхом підтримки взаємоповаги, співпраці, толерантності та взаємного порозуміння між учасниками групи. Важливо, щоб кожен учасник групи почувався прийнятим та відчував підтримку від інших учасників групи. Крім того, важливо навчитися ефективно вирішувати конфлікти та проблеми, що виникають між учасниками групи. У таких ситуаціях важливо залишатися спокійним та використовувати конструктивні методи вирішення проблем, такі як діалог, компроміс та співпраця. Отже, формування міжособистісних стосунків в групі є важливим процесом для студентів у ЗВО. Воно може вплинути на академічну успішність студентів, їх емоційний стан та загальний досвід навчання. Важливо навчитися ефективно спілкуватися, встановлювати контакти з іншими та вирішувати проблеми, що виникають у групі. Підтримка позитивної атмосфери та клімату в групі, взаємна повага та толерантність,

сприяють формуванню стійких та довготривалих міжособистісних стосунків у групі.

Крім того, важливим аспектом формування міжособистісних стосунків у групі є спільна діяльність та спільні інтереси. Студенти можуть об'єднуватися навколо спільних цілей та проектів, що сприятиме покращенню комунікації та взаємодії між ними. Також важливо підтримувати різноманітність у групі, щоб кожен учасник мав можливість висловлювати свої ідеї та думки, та враховувати індивідуальні особливості та потреби кожного студента.

Не менш важливим є розвиток навичок соціальної компетентності, які включають у себе здатність до співпраці, взаємодії та спілкування з іншими людьми. Ці навички можна розвивати шляхом тренування комунікативних та лідерських вмінь, участі у тренінгах та семінарах з соціальної компетентності, а також шляхом практики в різних ситуаціях, що виникають у групі[3].

Міжособистісні взаємини студентів складаються в процесі оволодіння особистістю нормами, правилами, уміннями в сфері спілкування в тих групах, колективах і соціальних інститутах, у яких особистості виявляються включеними у процесі життєдіяльності. Але, крім спонтанного формування міжособистісних взаємин має відбуватися цілеспрямована побудова взаємин, оскільки у студентів бракує досвіду міжособистісної взаємодії у професійних ситуаціях. Цьому повинен сприяти, зокрема, куратор, який спрямовує розвиток у групі неофіційних дружніх та ділових стосунків між студентами, коригує і впливає на психологічну атмосферу, на систему цінностей та еталонів поведінки. Він вивчає рівень активності студентів у процесі діяльності, статус студентів у системі взаємин групи, емоційне благополуччя в групі, встановлює референтні групи, вивчає ціннісні орієнтації, динаміку змін у процесі виховних впливів, організовує спільну діяльність, здійснює регулювання і корекцію міжособистісних взаємин у групі.

Формування міжособистісних взаємин студентів реалізовується у процесі організації різних видів позанавчальної діяльності, зокрема ціннісно-

орієнтованої, громадсько-корисної, ігрової, культурно-дозвіллевої, соціально-комунікативної. При цьому обов'язковим вважається: спрямованість змісту позанавчальної діяльності на реалізацію соціально-ціннісних потреб особистості студента (задоволення потреби у спілкуванні, у взаємодії, розкриття кожним вихованцем своїх можливостей, здібностей); ціннісно орієнтований характер позанавчальної діяльності (пізнання людських взаємин у їх різноманітті, формування особистісної позиції студента, розвиток навичок конструктивної взаємодії); спрямованість змісту позанавчальної діяльності на розвиток мотиваційно-ціннісної, пізнавальної, діяльнісної сфер; розширення сфери позанавчальної діяльності студента, і, зокрема, спільної діяльності з однолітками, збагачення її предметно-розвивального середовища[8].

Загалом, формування міжособистісних стосунків у групі є складним процесом, що вимагає зусиль кожного учасника. Однак, позитивний результат у вигляді стійких та довготривалих міжособистісних стосунків в групі, може мати значний вплив на академічну успішність, емоційний стан та загальний досвід навчання студентів у ЗВО.[19]

### **1.3 Роль міжособистісних стосунків в адаптації студентів до навчання у ЗВО**

Кожен студент, майбутній психолог, прийшов в академічну групу зі своїми особистісними цінностями та якостями, певними інтересами та намірами, з різним рівнем вихованості, різним соціальним статусом. Надалі ці якості та цінності будуть зумовлювати поведінку особистості студента і таким чином впливати на інших студентів-однолітків. Такий етап знайомства можна назвати студентською адаптацією. Щоб відчувати себе лідером, здебільшого, студенти в групі намагаються проявляти свою активність та займатися організаційними питаннями групи або відстоювати свої права, починають реалізовувати свої можливості та утверджувати свої амбіції. Кожен студент, вступаючи у контакт з іншими однолітками, відчувається дещо інакше, ніж наодинці, і саме в цей момент починається процес психічно-психологічних

змін особистості майбутнього психолога. У студентському середовищі все починається зі знайомства, міжособистісних стосунків, взаємовпливу та поведінки, тобто студент проходить певну адаптацію.

Процес студентської адаптації характеризується низкою чинників. Перший чинник сприяє психологічній готовності навчатися в закладі вищої освіти. Другий чинник сприяє уявленню студента психологічного факультету про майбутню професію. Третій чинник сприяє діловим взаємовідносинам, які складаються з однокласниками та викладачами. Четвертий чинник – це психологічний мікроклімат найближчого оточення студента. П'ятий чинник – це самооцінка студента як майбутнього психолога [ 8 ].

Криза адаптації на першому році навчання, поряд із кризами вибору професії та кризою очікувань, є нормативними студентськими кризами, а вдале їх проходження сприяє налагодженню навчальної діяльності, підвищенню навчальної мотивації [ 9 ].

Криза адаптації може бути викликана: 1) пристосуванням до нових умов навчання (порівняно зі шкільними роками, на студента покладається майже цілковита відповідальність за успішність свого навчання, навчальний матеріал подається у вигляді конспектів) [10]; 2) пристосуванням до нових умов життя (необхідність виконання завдань навчального плану, пристосування до нового колективу та відносин субординації (студент/викладач), відповідно до нового статусу, нова регламентація розпорядку дня, перевага групових видів діяльності [11]. Переживаючи зазначену кризу, студент часто звертається до себе з запитаннями «Чи зможу я успішно навчатися?», «Чи встигну виконувати навчальні обов'язки?», «Чи зможу пристосуватися до нових умов, та чи подобаються вони мені?», «Чи знайду я спільну мову з однокласниками та викладачами?», «Чи виправданий, необхідний, справедливий саме такий обсяг та зміст завдань?» тощо [9].

Міжособистісні стосунки в групі мають велику роль у процесі адаптації студентів до навчання у ЗВО. Студенти, які мають позитивні стосунки зі своїми колегами, легше адаптуються до нового середовища та процесу

навчання.

Спілкування та побудова міжособистісних стосунків допомагає студентам почуватися більш комфортно та впевнено в групі. Вони мають більшу схильність до співпраці та колективної роботи, що сприяє підвищенню ефективності навчання та досягненню успіху в академічних справах. Крім того, позитивні міжособистісні стосунки можуть допомогти студентам знизити рівень стресу, пов'язаного зі зміною середовища та вимогами навчання в ЗВО. Якщо студент відчувається частиною групи, йому легше вирішувати проблеми та знаходити рішення в складних ситуаціях. Проте, негативні міжособистісні стосунки можуть стати перешкодою в адаптації студентів до навчання. Конфлікти та неприязні між студентами можуть призвести до створення ворожнечі в групі та спричинити стрес та тривогу. У таких випадках, студент може почуватися відчуженим від групи та мати проблеми з навчанням.

Міжособистісні стосунки грають важливу роль в адаптації студентів до навчання у ЗВО. Університетське життя може бути досить складним для багатьох студентів, особливо для тих, хто вперше залишив рідний дім та друзів, щоб піти навчатися в інше місто чи країну. Тому, наявність позитивних міжособистісних стосунків може значно полегшити процес адаптації та зробити університетське життя більш приємним та комфортним[10]. Перш за все, позитивні міжособистісні стосунки можуть допомогти студентам знайти нових друзів і знайомих, які поділяють їхні інтереси та хобі. Це може підвищити їхній рівень комфорту та самопочуття, а також допомогти їм відчувати себе частиною нового колективу. Друге, позитивні міжособистісні стосунки можуть допомогти студентам розвивати вміння спілкуватися та пристосовуватися до різних характерів та стилів спілкування. Це може бути особливо важливим для іноземних студентів, які можуть зіштовхнутися з культурними різницями та мовними бар'єрами. Навички ефективного спілкування допоможуть студентам легше взаємодіяти зі своїми одногрупниками, вчителями та іншими працівниками університету. Крім того,

позитивні міжособистісні стосунки можуть допомогти студентам знаходити мотивацію до навчання та досягати кращих результатів. Взаємна підтримка та співпраця можуть допомогти студентам вирішувати проблеми, які виникають під час навчання. Міжособистісні стосунки в групі є важливим чинником адаптації студентів до навчання у ЗВО. Студенти, які відчувають підтримку та позитивні стосунки з іншими учасниками групи, частіше досягають успіху в навчанні та легше пристосовуються до нових умов[28].

Позитивні міжособистісні стосунки в групі сприяють зниженню стресу та тривожності, які можуть виникнути під час першого року навчання в ЗВО. Крім того, позитивні міжособистісні стосунки можуть допомогти студентам знайти нових друзів та колег, які можуть стати важливими для них у майбутньому.

Для того, щоб побудувати позитивні міжособистісні стосунки, важливо розвивати комунікаційні навички та вміння працювати в групі. Студенти повинні бути відкриті до спілкування, вміти дослухатися до думок та поглядів інших, та підтримувати взаємне повагу. Крім того, розуміння різних типів міжособистісних стосунків може допомогти студентам уникнути конфліктів та розуміти, як краще взаємодіяти з різними людьми. Наприклад, якщо студент розуміє, що певна людина в групі є конкурентом, він може підійти до співпраці з нею, щоб збільшити свої шанси на успіх[25].

Отже, міжособистісні стосунки в групі мають важливу роль у процесі адаптації студентів до навчання в ЗВО. Важливо розвивати комунікаційні навички та вміння працювати в групі. Міжособистісні стосунки в групі мають велику роль в адаптації студентів до навчання у ЗВО. Побудова позитивних стосунків та розвиток навичок ефективного спілкування можуть допомогти студентам успішно адаптуватися до нового середовища та досягти успіху в академічних справах. Крім того, міжособистісні стосунки можуть допомогти студентам розвинути соціальну компетентність та здатність до співпраці, що є важливими навичками для майбутньої кар'єри. Студенти, які вміють працювати в команді та вирішувати конфлікти, мають більші шанси на успіх

у своїй професійній діяльності. Також варто зазначити, що міжособистісні стосунки можуть впливати на мотивацію студентів до навчання. Якщо студент почувається підтримкою та позитивною атмосферою в групі, він може бути більш зацікавлений у своїх навчальних справах та ставити перед собою більш високі цілі. Звісно, не завжди міжособистісні стосунки будуть позитивними. Конфлікти та негативні взаємини можуть негативно впливати на процес адаптації та навчання студентів. Тому важливо вчитися вирішувати конфлікти та взаємодіяти з колегами в конструктивний спосіб.

У підсумку, міжособистісні стосунки в групі мають велику роль у процесі адаптації студентів до навчання у ЗВО та можуть впливати на їхню успішність у навчанні та майбутній кар'єрі. Важливо практикувати та розвивати навички ефективного спілкування та праці в групі для підвищення ефективності навчання та досягнення успіху в академічних справах. Для підтримки позитивних міжособистісних стосунків у групі студентів, ЗВО можуть проводити різноманітні заходи, такі як спільні вечірки, турніри, екскурсії, семінари та інші активності, які сприяють зближенню студентів та формуванню командного духу.

Також, викладачі та науково-педагогічні працівники можуть допомогти студентам у побудові міжособистісних стосунків, заохочуючи співпрацю та колективну роботу у групі. Вони можуть проводити різні вправи, які сприяють формуванню вмінь співпраці та розвитку навичок ефективного комунікації. Також важливо звертати увагу на стан здоров'я та емоційний стан студентів, оскільки ці фактори можуть впливати на їхню здатність побудувати міжособистісні стосунки. Наприклад, проведення тренінгів з розвитку емоційного інтелекту може допомогти студентам краще розуміти свої власні емоції та емоції інших людей, що сприяє побудові більш позитивних міжособистісних стосунків. Отже, позитивні міжособистісні стосунки в групі мають важливу роль у процесі адаптації студентів до навчання у ЗВО. Зроблення акценту на розвиток комунікаційних навичок та вміння працювати в групі може допомогти студентам успішно адаптуватися до нового

середовища та досягти успіху в академічних справах. Також, важливо звертати увагу на індивідуальні потреби та особливості кожного студента в процесі будівництва міжособистісних стосунків[33]. Деякі студенти можуть відчувати більшу потребу від інтровертів у приватності та маленьких групах, тоді як інші можуть шукати більшу активність та соціальність. Крім того, важливо, щоб педагоги та інші фахівці у ЗВО також звертали увагу на значення міжособистісних стосунків та допомагали студентам в будівництві позитивних відносин. Наприклад, організовуючи групові проекти, заходи, в яких студенти можуть взаємодіяти та спілкуватися між собою.

Узагальнюючи, міжособистісні стосунки мають важливу роль в адаптації студентів до навчання в ЗВО. Вони можуть допомогти студентам почуватися комфортно в групі, підвищити ефективність навчання та знизити рівень стресу. Для успішної адаптації важливо розвивати комунікаційні навички та вміння працювати в групі, а також звертати увагу на індивідуальні потреби кожного студента [27]. Міжособистісні стосунки грають важливу роль в адаптації студентів до навчання у вищих навчальних закладах. В період переходу зі школи до університету або коледжу, студенти зазнають значних змін у своєму житті, включаючи нове оточення, навчальну програму, соціальні взаємини та самостійність. Основні ролі міжособистісних стосунків у адаптації студентів до навчання у ЗВО включають:

1. Соціальна підтримка: Міжособистісні стосунки можуть надати студентам підтримку, яку вони потребують у новому середовищі. Друзі, ровесники, викладачі та інші особи можуть стати джерелом підтримки, поради та позитивного впливу, що допоможе студентам відчувати себе комфортно та впевнено.
2. Соціальна інтеграція: Міжособистісні стосунки допомагають студентам відчувати себе частиною студентської спільноти. Вони можуть сприяти формуванню нових дружб, соціальних зв'язків та групових ідентичностей, що сприяють включенню в академічне середовище.

3. Академічна підтримка: Міжособистісні стосунки можуть впливати на академічні результати студентів. Групові проекти, спільне навчання, обмін інформацією та допомога одне одному можуть сприяти покращенню навчального процесу та здобуттю знань.
4. Психологічна емоційна підтримка: Міжособистісні стосунки можуть забезпечити психологічну підтримку студентам у стресових ситуаціях, пов'язаних з навчанням.
5. Розвиток комунікаційних навичок: Міжособистісні стосунки сприяють розвитку комунікаційних навичок у студентів. Вони навчаються взаємодіяти з різними людьми, вирішувати конфлікти, висловлювати свої думки та слухати інших. Ці навички є важливими як у навчальному процесі, так і в майбутній професійній діяльності.
6. Розвиток самоідентифікації: Міжособистісні стосунки можуть допомогти студентам визначити свої цінності, інтереси, потреби та цілі. Вони можуть впливати на формування особистої ідентичності та самосвідомості, що сприяє саморозвитку та самореалізації.
7. Розвиток ресурсів: Міжособистісні стосунки можуть бути джерелом нових можливостей та ресурсів для студентів. Вони можуть отримувати доступ до інформації, підтримки, можливостей менторства або співпраці, що сприяє їх особистому та професійному розвитку.
8. В цілому, міжособистісні стосунки грають важливу роль у підтримці та сприянні адаптації студентів до навчання у вищих навчальних закладах. Вони створюють позитивне середовище, забезпечують підтримку та розвиток студентів, сприяють їхній успішності та задоволеності навчанням[32].

## **Висновки до розділу 1**

Взаємини між людьми є складними та мають багато аспектів. У групі студентів міжособистісні стосунки можуть бути особливо важливими, оскільки вони впливають на навчання, соціальну інтеграцію та загальний добробут кожного студента.

Один з важливих аспектів міжособистісних стосунків у групі студентів - це комунікація. Ефективна комунікація між студентами може забезпечити позитивний клімат у групі та сприяти успішному навчанню. Крім того, емоційна підтримка та підтримка у навчанні від інших студентів можуть допомогти зменшити стрес та покращити загальний самопочуття.

Інший аспект міжособистісних стосунків - це взаємодія та співпраця. У групі студентів часто потрібно працювати разом над проектами та завданнями. Якщо студенти можуть ефективно взаємодіяти та співпрацювати, то це може допомогти забезпечити успіх у навчанні.

Також важливо враховувати особистість кожного студента та його потреби. Для успішної взаємодії та співпраці в групі студентів, необхідно враховувати різні особистісні особливості, такі як соціальні та емоційні потреби, стиль навчання та інші фактори.

Отже, міжособистісні стосунки в групі студентів мають велике значення для успіху навчання та загального добробуту студентів. Ефективна комунікація, взаємодія та співпраця, а також врахування особистісних потреб кожного студента можуть допомогти створити позитивний клімат у групі та забезпечити успіх у навчанні. Для того, щоб покращити міжособистісні стосунки у групі студентів, можна застосовувати різні підходи, такі як тренінги з комунікації, спільні справи та проекти, інтерактивні методи навчання та інші. Також важливо враховувати вплив зовнішніх чинників, таких як культурні різниці та стереотипи, на міжособистісні стосунки у групі студентів. Для покращення взаєморозуміння та побудови позитивних стосунків в групі можна використовувати підходи міжкультурної комунікації та взаємодії.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ В ГРУПІ СТУДЕНТІВ ТА ЇХ ВПЛИВУ НА АДАПТАЦІЮ

#### **2.1. Організація та методики дослідження міжособистісних стосунків студентів.**

Дослідження міжособистісних стосунків студентів має важливе методологічне обґрунтування. Воно дозволяє зрозуміти, які чинники впливають на формування та розвиток міжособистісних стосунків в цій категорії осіб. Для проведення такого дослідження можуть використовуватися різні методи та інструменти, такі як анкетування, спостереження, інтерв'ю та інші. Доцільно використовувати такі методи, що дозволяють отримати максимально об'єктивні та достовірні результати. Важливо також враховувати етичні аспекти дослідження та забезпечувати конфіденційність даних, що збираються. Результати дослідження можуть бути використані для розробки програм та заходів, спрямованих на поліпшення міжособистісних стосунків студентів, що позитивно вплине на їхні соціальні та професійні досягнення[4].

**Вибірка.** Для цих досліджень відібрано 30 осіб (вік 19-23 років) студентів перших курсів Університетів України.

**Процедура та статистичний аналіз.** Учасникам дослідження було запропоновано наступні опитувальники:

1. Опитувальник з дослідження міжособистісних стосунків студентів;
2. Тест на діагностику комунікативної толерантності (В. Бойко);
3. Тест на визначення рівня комунікативної емпатії (І. Юсупов);
4. Методика К.Томаса діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки, адаптація Н.В.Гришиної;

Отже, для здійснення емпіричного дослідження були застосовані:

1. **Авторський опитувальник «Опитувальник з дослідження міжособистісних стосунків студентів».** Метою опитувальника для дослідження міжособистісних стосунків студентів є отримання інформації про

особистісні характеристики студентів та їхні міжособистісні стосунки з іншими людьми. Опитувальник дозволяє вивчити такі аспекти, які впливають на формування міжособистісних стосунків, зокрема:

- особистісні риси (такі як емоційна стійкість, самоконтроль, емпатія тощо);
- соціально-психологічні фактори (такі як соціальна підтримка, співпереживання, стиль міжособистісних стосунків тощо);
- риси міжособистісних стосунків (такі як рівень довіри, конфліктність, емоційна взаємодія тощо).

Отримання такої інформації дозволить зрозуміти, які чинники впливають на міжособистісні стосунки студентів та як їх можна покращити. Результати дослідження можуть бути використані для розробки програм та заходів, спрямованих на поліпшення міжособистісних стосунків студентів, що позитивно вплине на їхні соціальні та професійні досягнення.

Ключ до обробки результатів, отриманих за допомогою авторської анкети:

Якщо більше 50% відповідей на питання "так", можна стверджувати, що студент має проблеми з комунікативною толерантністю.

Якщо більше 50% відповідей на питання "ні", можна стверджувати, що студент має високий рівень комунікативної толерантності.

Якщо кількість відповідей "так" та "ні" близька, то можна стверджувати, що студент має середній рівень комунікативної толерантності [Додаток А].

## **2. Опитувальник на діагностику комунікативної толерантності (В. Бойко)**

Толерантність в спілкуванні (яка сприяє розумінню інших) коротко можна охарактеризувати такою фразою (статусом): дозволь собі бути собою, а іншим - іншими. Відсутність необхідної толерантності в міжособистісних відносинах часто призводить до конфліктів. Тому одним з важливих чинників для профілактики і вирішення конфліктів є достатній рівень толерантності.

Опитувальник комунікативної толерантності В. В. Бойко[52] дозволяє оцінити в яких аспектах відносин ви найбільше схильні до конфліктів, а знаючи причину конфлікту, вам буде легше не допустити його зовсім або знайти способи вирішення конфлікту. Тест Бойко допоможе розгледіти свої слабкі місця і зрозуміти які поведінкові реакції, стратегії і установки в міжособистісному спілкуванні варто підкоригувати , щоб зробити комунікаційний процес приємним і ефективним.

**Мета:** полягає в визначенні рівня толерантності особистості в міжособистісних відносинах. Крім того, тест дозволяє виявити аспекти поведінки та мислення, які можуть стати причиною конфліктів в комунікації, та визначити шляхи їх вирішення. Таким чином, тест на діагностику комунікативної толерантності В. Бойко є інструментом для самоаналізу та самопізнання, який може допомогти людині вдосконалювати свої комунікативні навички та покращувати міжособистісні відносини з іншими людьми.

**Інструкція:** Тест на діагностику комунікативної толерантності В. Бойко складається з 30 запитань, які охоплюють різні аспекти міжособистісних стосунків. Для кожного запитання варіанти відповідей подані на 5-бальній шкалі, де 1 - "зовсім не згоден", а 5 - "повністю згоден". Для проходження тесту респондентам необхідно відповісти на запитання, що стосуються їхнього ставлення до комунікативної поведінки інших людей у різних ситуаціях. Після проходження тесту респондент отримує загальний бал, що вказує на рівень комунікативної толерантності. Крім того, тест дозволяє визначити конкретні аспекти міжособистісних стосунків, в яких респондент може бути найбільш схильним до конфліктів. Тест В. Бойко є досить простим і зручним для проведення, а отримані результати можуть бути корисними для покращення комунікаційних навичок та попередження конфліктів в міжособистісних відносинах. (Додаток Б).[37]

**3.Опитувальник на визначення рівня комунікативної емпатії (І. Юсупов)**

**Мета:** Метою тесту на визначення рівня комунікативної емпатії, розробленого Ісмойлом Юсуповим[53], є діагностика рівня розвитку емпатії у людини в процесі комунікативної діяльності. Комунікативна емпатія - це здатність розуміти і співпереживати з іншими людьми, відчувати їхні емоції та ставитися до них з розумінням та повагою. Розвинена комунікативна емпатія є важливим фактором успішної комунікації та сприяє підвищенню рівня взаєморозуміння між людьми. Тест Юсупова дозволяє визначити рівень розвитку комунікативної емпатії і виявити обмеження у спілкуванні, що допомагає знайти шляхи їх подолання.

**Інструкція:** Цей тест складається з 36 запитань, які розглядаються з точки зору емоційного реагування на певні ситуації та вміння розуміти інших людей. У кожному запитанні тесту на визначення рівня комунікативної емпатії, тестируючий повинен вибрати один з трьох запропонованих варіантів відповіді, який найкраще відповідає їхній поведінці в певній ситуації. За кожную праввідповідь нараховується 1 бал, з максимальним балом 36.(Додаток Г).[38.]

#### **4. Методика К.Томаса діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки, адаптація Н.В.Гришиної.**

На ранніх етапах вивчення конфліктів широко використовувався термін «вирішення конфліктів», який має на увазі, що конфлікт можна і необхідно розв'язувати або елімінувати. Таким чином, метою вирішення конфліктів був деякий ідеальний безконфліктний стан, де люди працюють в повній гармонії. Однак, останнім часом ставлення фахівців до цього аспекту дослідження конфліктів істотно змінилося. Це викликано, на думку К.Томаса, двома обставинами: усвідомленням марності зусиль з повної елімінації конфліктів, а також підтвердженням наявності позитивних функцій конфліктів. Звідси, згідно з підходом К.Томаса, наголос повинен бути перенесений з елімінування конфліктів на управління ними. Тому, автор вважає за потрібне сконцентрувати увагу на таких аспектах зміни конфліктів: які форми поведінки в конфліктних ситуаціях характерні для людей, які з них є більш продуктивними або деструктивними; яким чином можна стимулювати

продуктивну поведінку. Для опису типів поведінки людей в конфліктних ситуаціях, К.Томас запропонував двовимірну модель регулювання конфліктів, основними вимірами в якій є кооперація (пов'язана з увагою людини до інтересів інших людей, залучених до конфлікту) і напористість (для якої характерний акцент на захисті власних інтересів). Відповідно цим двом вимірам, автор виділяє наступні способи регулювання конфліктів: змагання (конкуренція), пристосування, компроміс, уникнення, співпраця.

**Мета:** визначення переважного способу поведінки людини в конфліктних ситуаціях (Додаток В і Д).

## 2.2. Аналіз й інтерпретація результатів дослідження

Таблиця 2.1

### Отримані за результатами дослідження за методикою «Опитувальник з дослідження міжособистісних стосунків студентів»

Кількість	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Студентів	12	10	8
Відсотків, %	40%	33.33%	26.67%

Згідно побаченого в таблиці, більшість випробуваних (40%) мають низький рівень за шкалою. Для них можна стверджувати, вказує на обмежену здатність студентів до встановлення та підтримки міжособистісних відносин з іншими людьми. У цьому контексті, студенти з низьким рівнем міжособистісних стосунків можуть виявляти схильність до відчуженості, незацікавленості у спілкуванні та відсутність прагнення підтримувати тісні стосунки з іншими. Студенти з низьким рівнем міжособистісних стосунків можуть відчувати складнощі у спілкуванні, проявляти меншу емоційну відкритість та здатність до співпереживання. Вони можуть віддалятися від соціальних ситуацій та виявляти меншу зацікавленість у формуванні і підтримці близьких стосунків.

У випробуваних студентів з середнім показником за шкалою (35%) студентів, вказує на наявність певної міри здатності студентів до взаємодії та встановлення стосунків з іншими людьми. В цьому контексті, студенти з середнім рівнем міжособистісних стосунків можуть виявляти помірну загальну схильність до спілкування та відношень з іншими, але ця схильність може бути не настільки вираженою, як у випадку високого рівня міжособистісних стосунків.

У випробуваних з високим рівнем за шкалою моделювання (26.67%) студентів, свідчить про сильну здатність студентів до взаємодії, співпереживання та підтримки в міжособистісних відносинах. Ці студенти, ймовірно, виявляють високу емоційну інтелігентність, здатність до емпатії та розуміння емоцій та потреб інших людей. Вони можуть легко увійти в контакт з іншими, проявляти інтерес до їхніх проблем і бути підтримкою у взаємодії.

Таблиця 2.2

**Отримані за результатами дослідження за методикою «Тест на діагностику комунікативної толерантності (В. Бойко)»**

Кількість	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Студентів	1	19	10
Відсотків, %	3.33%	63.34%	33.33%

Згідно побаченого в таблиці, більшість випробуваних (3.33%) мають низький рівень за шкалою. Особа виявляє незадоволення і роздратування під час спілкування з іншими, вона має тенденцію критикувати і засуджувати думки, переконання та поведінку інших, з'являється неспроможність почути і зрозуміти позицію іншої сторони.

У випробуваних студентів з середнім показником за шкалою (63.34%) студентів, особа проявляє певний рівень відкритості до думок інших людей, вона може приймати деякі різниці в переконаннях та поведінці, але іноді може відчувати дискомфорт або роздратування, виявляється здатність уникати конфліктів і знаходити компроміси.

У випробуваних з високим рівнем за шкалою моделювання (33.33%) студентів, особа проявляє відкритість до різних думок, переконань і поведінки інших людей, вона демонструє здатність слухати, розуміти та поважати позицію інших, існує бажання знайти спільні точки зору та спілкуватися без конфліктів.

Таблиця 2.3

**Отримані за результатами дослідження за методикою «Тест на визначення рівня комунікативної емпатії (І. Юсупов)»**

Кількість	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Студентів	2	18	10
Відсотків,%	6,6%	50%	33.33%

Згідно побаченого в таблиці, більшість випробуваних (6.6%) мають низький рівень за шкалою. Особа проявляє обмежену здатність співчувати і розуміти емоції, потреби та переживання інших людей, вона може виявляти байдужість або відсутність інтересу до емоційного стану інших, з'являється недостатня здатність виражати підтримку та розуміння в міжособистісних відносинах.

У випробуваних студентів з середнім показником за шкалою (50%) студентів, особа виявляє певну міру співчуття та розуміння емоцій інших людей, вона може проявляти інтерес до потреб та переживань інших, але це може бути обмежено або не завжди виявлятися, з'являється здатність підтримувати і виражати розуміння в міжособистісних відносинах, але іноді зусилля можуть бути нестабільними.

У випробуваних з високим рівнем за шкалою моделювання (33.33%) студентів, особа проявляє сильне співчуття і розуміння емоцій, потреб та переживань інших людей, вона демонструє високий рівень інтересу до емоційного стану інших та здатність відчувати та враховувати їхні потреби, з'являється активна підтримка, розуміння та емоційна налагодженість в міжособистісних відносинах.

**Отримані за результатами дослідження за методикою «Методика К. Томаса діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки, адаптація Н. В. Гришиної.»**

	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Шкали опитувальника	Кількість студентів,(%)	Кількість студентів,(%)	Кількість студентів,(%)
Суперництво	20 (66,66%)	7 (23,34%)	3 (10%)
Співробітництво	16 (53,34%)	10 (33,33%)	4 (13,33%)
Компроміс	15 (50%)	15 (50%)	0
Уникнення	17 (56,67%)	9 (30%)	4 (13,33%)
Пристосування	16 (53,34%)	9 (30%)	5 (16,66%)

Шкала «Суперництво» - (конкуренція) як прагнення домогтися задоволення своїх інтересів, на шкоду іншій людині; більшість випробуваних (66,66%) мають низький рівень за шкалою моделювання. У випробуваних студентів з середнім показником за шкалою (23,34%) студентів, особистість проявляє середню толерантність до конфліктів і здатність до співробітництва. У випробуваних з високим рівнем за шкалою моделювання (10%) студентів.

Шкала «Співробітництво» - коли учасники ситуації приходять до альтернативи, повністю задовольняє інтереси обох сторін. ; більшість випробуваних (53,34%) мають низький рівень за шкалою моделювання. У випробуваних студентів з середнім показником за шкалою (33,33%) студентів, особистість проявляє середню толерантність до конфліктів і здатність до співробітництва. У випробуваних з високим рівнем за шкалою моделювання (13,33%) студентів.

Шкала «Компроміс» - у студентів кількість випробуваних (50%) мають низький рівень за шкалою моделювання. У випробуваних студентів з середнім показником за шкалою (50%) студентів, особистість проявляє середню толерантність до конфліктів і здатність до співробітництва. У випробуваних з високим рівнем за шкалою моделювання (0%) студентів.

Шкала «Уникнення» - для якого характерно як відсутність прагнення до кооперації, так і відсутність тенденції до досягнення власних цілей; більшість випробуваних (56,67%) мають низький рівень за шкалою моделювання. У випробуваних студентів з середнім показником за шкалою (30%) студентів, особистість проявляє середню толерантність до конфліктів і здатність до співробітництва. У випробуваних з високим рівнем за шкалою моделювання (13,33%) студентів.

Шкала «Пристосування» - що означає в протилежність суперництва, принесення в жертву власних інтересів, заради іншої людини; більшість випробуваних (53,34%) мають низький рівень за шкалою моделювання. У випробуваних студентів з середнім показником за шкалою (30%) студентів, особистість проявляє середню толерантність до конфліктів і здатність до співробітництва. У випробуваних з високим рівнем за шкалою моделювання (16,66%) студентів.

## **Висновки до розділу 2**

Міжособистісні стосунки мають значний вплив на процес адаптації студентів. Результати дослідження показали, що якісні та підтримуючі взаємини між студентами сприяють поліпшенню їхньої адаптації до навчального середовища.

Студенти, які встановлюють позитивні міжособистісні зв'язки зі своїми одногрупниками, проявляють вищий рівень соціальної підтримки, відчуття приналежності та самодостатності, що сприяє їхній успішній адаптації.

Негативні міжособистісні стосунки, такі як конфлікти, непорозуміння або соціальна віддаленість, можуть негативно впливати на адаптацію студентів. Вони можуть викликати стрес, зниження самооцінки та втрату мотивації до навчання.

Важливо розвивати навички соціальної комунікації та співробітництва серед студентів, оскільки вони створюють основу для позитивних міжособистісних стосунків. Групові проекти, командні завдання та спільні

активності можуть сприяти формуванню позитивного групового динамізму та покращенню адаптації студентів. Для підтримки успішної адаптації студентів важливо створити сприятливу навчальну атмосферу, де студенти почуваються комфортно для встановлення міжособистісних зв'язків та залучення до активної продуктивної співпраці. Це можна досягти за допомогою організації спеціальних тренінгів з комунікаційних навичок, формування групових проектів і активного залучення студентів до колективних заходів.

Важливо також враховувати індивідуальні особливості студентів при формуванні міжособистісних стосунків і підтримці адаптації. Деякі студенти можуть потребувати додаткової підтримки та уваги для подолання соціальних труднощів і створення позитивного соціального оточення.

Поліпшення міжособистісних стосунків в групі студентів може мати довготривалий позитивний вплив на їхню адаптацію і навчальні досягнення. Забезпечення підтримки та розвитку позитивного соціального середовища є важливим елементом успіху у навчанні та загальному благополуччі студентів.

Отже, результати емпіричного дослідження підтверджують важливість міжособистісних стосунків в групі студентів для їхньої адаптації. Для покращення адаптації студентів рекомендується сприяти формуванню позитивних міжособистісних зв'язків, створювати сприятливу навчальну атмосферу і розвивати навички соціальної комунікації у студентів.

## РОЗДІЛ 3

### ЗАХОДИ ІЗ ПОЛІПШЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У СТУДЕНТСЬКІЙ ГРУПІ

#### **3.1 Рекомендації щодо поліпшення міжособистісних стосунків у студентській групі**

На основі аналізу та інтерпретації результатів дослідження міжособистісних стосунків у студентській групі, можна запропонувати рекомендації щодо розвитку та корекції цих стосунків.

Забезпечення комунікації між студентами. Для покращення міжособистісних стосунків у групі студентів, потрібно забезпечити зручну комунікацію між ними. Для цього можна використовувати різні засоби зв'язку, такі як електронні листи, месенджери, соціальні мережі тощо. Крім того, корисним буде проведення різноманітних заходів, які сприятимуть спілкуванню та знайомству студентів.

Розвиток навичок співпраці. Важливим аспектом розвитку міжособистісних стосунків є навички співпраці. Для того, щоб студенти могли успішно працювати разом, їм потрібно розвивати такі навички, як ефективне спілкування, розуміння потреб та очікувань інших, робота в команді та інші.

Розвиток емпатії. Ще однією важливою рекомендацією є розвиток емпатії. Це дозволить студентам краще розуміти почуття та потреби інших, що сприятиме розвитку міжособистісних стосунків. Для цього можна проводити тренінги, спрямовані на розвиток емоційної компетентності, а також проводити спільні заняття з розвитку емпатії.

Стимулювання активності та ініціативності. Для розвитку міжособистісних стосунків необхідна активна участь кожного студента у групових заходах та проектах[4].

Організація тренінгів та психологічних занять. Організація тренінгів та психологічних занять може допомогти студентам у покращенні їх міжособистісних стосунків. Тренінги можуть включати різноманітні

активності, які сприяють розвитку навичок спілкування, сприйняття емоцій та вирішення конфліктів. До прикладу, можна провести тренінг з побудови конструктивного спілкування, який буде спрямований на вивчення різних варіантів спілкування та встановлення комунікаційних навичок[24]. Впровадження групових проектів та спільних діяльностей. Студенти можуть працювати разом над спільними проектами та задачами, що сприятиме покращенню міжособистісних стосунків у групі. Взаємодія в рамках спільних діяльностей може підвищити рівень взаєморозуміння та довіри між студентами, а також сприяти розвитку спільних цілей та мети[19].

Розвиток індивідуальних навичок. Для того, щоб збільшити кількість успішних міжособистісних стосунків у групі, необхідно розвивати індивідуальні навички кожного студента. Наприклад, можна провести індивідуальні консультації з психологом, який допоможе кожному студенту зрозуміти його особистісні особливості та побажання, що допоможе встановити правильні міжособистісні стосунки з іншими[29].

Розвиток комунікаційних навичок. Важливо проводити тренінги та ігри, що сприяють покращенню комунікативної культури в групі. Для цього можна використовувати різні техніки, наприклад, "круги спілкування", "гаряча стілець", "подвійні інтерв'ю" тощо.

Розбір конфліктів. Важливо розбирати конфліктні ситуації, що виникають у групі, та шукати компромісні рішення. Для цього можна використовувати тренінги з розв'язання конфліктів та сприяти активній участі студентів у процесі розв'язання конфлікту.

Формування командної роботи. Важливо пропонувати групові завдання та проекти, що сприятимуть формуванню командної роботи та взаємодії в групі.

Сприяння активній взаємодії. Спонукайте студентів до співпраці та обговорення навчальних матеріалів, проводьте різноманітні колективні роботи та проекти, що вимагають співпраці та взаємодії між студентами.

Створення сприятливої атмосфери. Підтримуйте доброзичливу та толерантну атмосферу в групі, відзначаєте досягнення та успіхи студентів, допомагайте вирішувати проблеми та конфлікти.

Розробка програми підтримки. Створіть програму підтримки для студентів, які мають проблеми з адаптацією до умов навчання. Вона може включати в себе індивідуальну роботу з психологом, консультування зі старшими студентами та інші способи підтримки.

Використання різноманітних форм роботи. Варіюйте форми роботи на заняттях, включайте в них елементи інтерактивних ігор, дискусій та інших.

Підтримка позитивного настрою та емоційного комфорту в групі. Спілкуйтеся доброзичливо, уважно слухайте інших, намагайтеся знайти спільні теми для розмови. Не перебивайте одне одного, не критикуйте без належних аргументів, не використовуйте нецензурну лексику.

Дотримання загальноприйнятих норм і правил поведінки в групі та в університеті. Важливо пам'ятати про культурну спадщину, моральні та етичні принципи, що визначаються в рамках академічної спільноти.

Уникнення конфліктів та сприяння їхньому врегулюванню. Якщо виникає конфліктна ситуація, намагайтеся знайти компроміс та шляхи вирішення проблеми в співпраці з іншими учасниками групи. Пам'ятайте, що конфлікти можуть виникати з різних причин, іноді це може бути пов'язано з непорозумінням, стереотипами, особистими поглядами та переконаннями.

Створення можливості для спілкування. Розробіть план спільних дій, який включає в себе різноманітні активності, такі як групові проекти, змагання, спортивні ігри, тури тощо. Це дозволить студентам проводити час разом і взаємодіяти між собою на різних рівнях, що в свою чергу сприятиме побудові міцних міжособистісних стосунків[30].

Створення системи взаємопідтримки. Рекомендуйте студентам підтримувати один одного в складних ситуаціях, пропонуйте спільно вирішувати питання, які виникають у групі. Збудуйте систему

взаємодопомоги, де студенти можуть допомагати один одному з навчальними завданнями та матеріалами.

Участь у поза аудиторних заходах. Участь у спортивних змаганнях, культурних заходах або волонтерських акція я може допомогти зблизити студентів та створити єдиний колектив. Це допоможе побудувати спільну ідентичність та підвищити мотивацію до співпраці в групі[25].

Підтримка дружніх відносин за межами групи. Студенти можуть влаштувати заходи поза навчальним процесом, наприклад, поїздки на природу, спільні походи в кіно або кафе. Це допоможе побудувати ще більш довірливі відносини між учасниками групи та збільшити співпрацю.

Взаємовідносини між студентами у групі мають велике значення для успішного навчання та розвитку. Якщо студенти не вміють ефективно спілкуватися та співпрацювати, це може призвести до конфліктів та зниження продуктивності роботи[33]. Тому дуже важливо дотримуватися певних рекомендацій для поліпшення міжособистісних стосунків в групі. Викладач може допомогти студентам поліпшити комунікаційні навички, створити позитивну атмосферу та залучати їх до спільної роботи. Важливо пам'ятати, що будь-яка група складається з різних особистостей, тому важливо поважати думки та потреби інших та шукати спільні рішення. Для покращення міжособистісних стосунків в групі також можна використовувати різноманітні техніки та інструменти. Наприклад, викладач може застосовувати методики розвитку комунікативної компетентності, які допоможуть студентам вчитися краще спілкуватися між собою. Також можна застосовувати інтерактивні технології навчання, які залучають учасників до спільної діяльності та сприяють розвитку комунікативних навичок[36].

Наприклад, можна проводити дискусії, дебати, рольові ігри, проекти, які будуть сприяти залученню учасників до спільної діяльності та взаємодії. Такі ігри і завдання не тільки підвищують мотивацію до навчання, але і допомагають розвивати навички спілкування та співпраці.

Також можна використовувати соціальні мережі та електронні платформи, щоб підтримувати комунікацію та співпрацю в групі поза аудиторією. Наприклад, студенти можуть створити спільний профіль в соціальній мережі, на якому вони можуть обмінюватися думками, ідеями та питаннями, пов'язаними з навчанням[34].

Отже, покращення міжособистісних стосунків в групі студентів є ключовим чинником для успішного навчання та розвитку. Для досягнення цього можна використовувати різноманітні методики та інструменти, які допоможуть студентам вчитися краще спілкуватися, взаємодіяти та працювати разом. Важливо пам'ятати, що добрі міжособистісні стосунки в групі можуть позитивно вплинути на навчання та допомогти студентам досягнути своїх навчальних цілей. Крім того, важливо, щоб викладачі та керівники групи були готові до співпраці та допомогли студентам вирішувати конфліктні ситуації та забезпечувати сприятливий для навчання та розвитку клімат. Вони можуть створювати умови для розвитку міжособистісних стосунків в групі, наприклад, організовувати спільні заходи, взаємодіяти з учасниками групи, давати зворотний зв'язок та підтримку[38].

Загалом, поліпшення міжособистісних стосунків в групі студентів може бути досягнуте за допомогою різноманітних методів та інструментів. Важливо створити сприятливе середовище для взаємодії та співпраці, забезпечити взаємодію та зв'язок між учасниками групи та підтримувати взаємодію поза аудиторією. Ключовим фактором є готовність викладачів та керівників групи до співпраці та підтримки студентів у вирішенні конфліктів та інших складних ситуацій, які можуть виникати в групі[40].

### **3.2 Рекомендації для поліпшення процесу адаптації студентів до навчання у ЗВО.**

Ось кілька рекомендацій для поліпшення процесу адаптації студентів до навчання у закладі вищої освіти (ЗВО):

1. **Орієнтаційна програма:** Розробіть цілком осмислену орієнтаційну програму для нових студентів. Вона може включати знайомство з кампусом, основними ресурсами та послугами, зустрічі з викладачами та керівниками груп, огляд навчальних програм та очікувань. Це допоможе студентам краще орієнтуватися в новому середовищі та почуватися більш підтриманими.
2. **Академічна підтримка:** Забезпечте студентам доступ до академічної підтримки, такої як курси підготовки до навчання, робота з наставниками, тьюторингові програми або центри підтримки студентів. Це допоможе студентам засвоїти навички навчання, подолати академічні труднощі та покращити їхній успіх у навчанні.
3. **Соціальна інтеграція:** Сприяйте соціальній інтеграції студентів шляхом організації соціальних заходів, клубів і організацій студентів. Залучайте їх до активностей поза аудиторією, які сприяють створенню дружнього середовища, де студенти можуть знайомитися, обмінюватися ідеями та взаємодіяти зі своїми колегами.
4. **Менторська підтримка:** Розгляньте можливість впровадження менторської програми, де старші студенти або викладачі можуть надавати підтримку та поради новим студентам. Ментори можуть допомогти студентам адаптуватися до нового навчального середовища, відповідати на запитання.
5. **Психологічна підтримка:** Забезпечте студентам доступ до психологічної підтримки, такої як консультування або психологічні послуги. Багато студентів можуть зазнавати стресу, тривоги або проблем з адаптацією до нових умов навчання. Психологічна підтримка може допомогти

студентам розуміти та керувати своїми емоціями, знайти стратегії подолання стресу та вирішення проблем.

6. **Забезпечення доступності:** Переконайтеся, що середовище навчання є доступним для всіх студентів. Забезпечте доступність фізичного простору, навчальних матеріалів та технологій для студентів з особливими потребами або обмеженими можливостями. Приділяйте увагу інклюзивності та рівності в обставинах навчання.
7. **Розвиток навичок самоуправління:** Допоможіть студентам розвивати навички самоуправління, такі як планування, організація часу, прийняття рішень та мотивація. Надайте їм інструменти та підтримку для досягнення балансу між навчанням, роботою та особистим життям.
8. **Залучення до академічного процесу:** Стимулюйте студентів брати активну участь у навчальному процесі. Пропонуйте можливості для обговорення, діалогу та співпраці. Заохочуйте студентів бути активними учасниками, задавати питання, ділитися своїми думками та ідеями.
9. **Забезпечення зворотного зв'язку:** Надавайте студентам регулярний зворотний зв'язок щодо їхнього навчання та прогресу. Діліться конструктивною критикою.
10. **Створення підтримуючого середовища:** Забезпечте підтримуюче та сприятливе навчальне середовище, в якому студенти відчуються комфортно та заохочуються до взаємодії. Створюйте можливості для спілкування, співпраці та підтримки між студентами. Розвивайте культуру взаємодопомоги та толерантності.
11. **Оцінювання та перегляд процесу:** Періодично оцінюйте та переглядайте ефективність програм та заходів, спрямованих на адаптацію студентів. Враховуйте отримані відгуки та пропозиції студентів, викладачів та інших зацікавлених сторін. Адаптуйте стратегії та заходи, щоб забезпечити їхню ефективність та задоволення потреб студентів[36].

Загалом, важливо створити сприятливу та підтримуючу атмосферу для адаптації студентів до навчання у ЗВО. Забезпечення доступності, підтримки,

розвитку навичок та взаємодії допоможе студентам успішно інтегруватися в академії.

Використання дослідження міжособистісних стосунків в групі може бути корисним для поліпшення процесу адаптації студентів до навчання у ЗВО. Важливо розробити план дій, використовувати інтерактивні методи навчання та забезпечити активну участь студентів у процесі покращення міжособистісних стосунків в групі. Крім того, рекомендується включити в програму дій такі елементи, як тренінги з комунікації, співпраці та вирішення конфліктів, рольові ігри, групові дискусії та інші інтерактивні методи, що допоможуть студентам розвивати навички взаємодії та співпраці в групі. Такі методи дозволять студентам не тільки набувати знання та навички, але й застосовувати їх на практиці, що зробить процес навчання більш ефективним та зрозумілим для студентів[32].

Також можна використовувати інтерактивні онлайн-ресурси, такі як форуми та групи в соціальних мережах, щоб студенти мали можливість обговорювати та спілкуватися зі своїми колегами поза класом. Це не тільки зміцнить міжособистісні взаємини в групі, але й допоможе студентам вирішувати питання та підтримувати один одного під час навчання. Одним з ключових аспектів поліпшення процесу адаптації студентів до навчання у ЗВО є постійне відслідковування та аналіз результатів дій рекомендацій. Для цього можна використовувати різні методи оцінки, такі як анкети, інтерв'ю та спостереження.

Зокрема, для оцінки рівня міжособистісних стосунків в групі можна використовувати соціометрію, яка дозволяє визначити ступінь взаємодії між членами групи та ідентифікувати ключові особистості, які впливають на динаміку групи. Також можна використовувати стандартні анкети та тести для вимірювання рівня комунікативних навичок, співпраці та вирішення конфліктів.

Після оцінки результатів програми дій можна провести аналіз та зробити висновки щодо її ефективності. Якщо програма дій не досягла бажаного

результату, то можна спробувати змінити її складові та методи відповідно до виявлених проблем. Наприклад, якщо було виявлено низький рівень співпраці в групі, можна додатково проводити тренінги з розвитку цієї навички[2,10].

Крім того, важливо враховувати особливості конкретної групи студентів та адаптувати програму дій до їх потреб та вимог. Наприклад, якщо в групі багато іноземних студентів, то можна включити в програму дій додаткові елементи, які допоможуть їм покращити рівень володіння мовою та адаптуватися до нових умов. Отже, використання дослідження міжособистісних стосунків в групі для поліпшення процесу адаптації студентів до навчання у ЗВО є важливим етапом у створенні сприятливого середовища для навчання. Завдяки аналізу динаміки міжособистісних відносин у групі можна виявити проблеми, які заважають успішній адаптації студентів, та вжити дієві заходи для їх вирішення. У процесі реалізації програми дій, спрямованої на адаптацію у групі студентів, необхідно враховувати різноманітні фактори, які можуть впливати на процес адаптації. Для цього можна залучати різні джерела інформації, такі як студенти, викладачі, куратори групи, соціальні працівники тощо[11].

Також важливо розробляти індивідуальні підходи до студентів, залучати їх до різноманітних активностей та проектів, що сприятимуть покращенню міжособистісних стосунків у групі. Наприклад, можна організовувати творчі бесіди, спільні відвідування музеїв та театрів, спортивні змагання та інші подібні заходи. Крім того, необхідно забезпечити постійний моніторинг процесу адаптації студентів та вчасно реагувати на проблеми, які можуть виникати в групі. Наприклад, якщо виявлено конфліктну ситуацію між студентами, необхідно негайно вжити заходів для її врегулювання та запобігання подальшого ескалації.

Отже, використання дослідження міжособистісних продовжити стосунків у групі може бути корисним інструментом для покращення процесу адаптації студентів до навчання у ЗВО. Програма дій з планом заходів на довгострокову перспективу може допомогти студентам взаємодіяти між

собою та створювати сприятливе середовище для навчання. Проте варто зазначити, що програма дій повинна бути гнучкою, оскільки потреби та пріоритети студентів можуть змінюватися з часом. Також важливо забезпечити залучення студентів до розробки та реалізації програми дій, щоб вони відчували свою відповідальність за результат[14].

### **3.3 Тренінгова програма із розвитку якостей та вдосконалення навичок, необхідних студентам для поліпшення міжособистісних стосунків у студентській групі.**

Тренінгова програма “Розвиток якостей та вдосконалення навичок, необхідних студентам для поліпшення міжособистісних стосунків у студентській групі” розрахована на 3 заняття по 180 хвилин.

#### **Заняття 1. "Емоційний інтелект та співробітництво".**

Мета: підвищити емоційний інтелект та розвинути навички співробітництва у студентів.

Тривалість: 3 години.

Зміст:

- 1) Визначення емоційного інтелекту та його важливості у міжособистісних відносинах;
- 2) Розвиток навичок розпізнавання та контролю емоцій;
- 3) Навчання технік співробітництва та взаємодії з іншими людьми;
- 4) Роль емпатії та розуміння в спілкуванні;
- 5) Вправи на розвиток емоційного інтелекту та співробітництва:
  - Вправа на розвиток емпатії. Запропонуйте учасникам стати на місце іншої людини та спробувати уявити ситуацію з її точки зору. Завдання полягає в тому, щоб учасники змогли зрозуміти іншу людину, співпереживати з нею та відчути її емоції.
  - Вправа на розвиток саморегуляції. Попросіть учасників зосередитись на своїх емоціях та почуваннях. Потім запропонуйте їм знайти спосіб контролювати свої емоції та зберігати спокій у складних ситуаціях.

- Вправа на розвиток комунікаційних навичок. Розділіть учасників на пари та запропонуйте їм обговорити певну тему. Кожен з учасників повинен почути свого партнера та відповісти на його запитання чи коментарі. Мета полягає в тому, щоб учасники зрозуміли, як слухати та взаємодіяти з іншими людьми.
- Вправа на розвиток співробітництва. Попросіть учасників розв'язати певну задачу в групах. Кожен учасник повинен внести свій вклад у процес розв'язання задачі та співпрацювати з іншими членами групи. Мета полягає в тому, щоб учасники зрозуміли, як ефективно працювати в команді та досягати спільних цілей.[18]

## **Заняття 2. "Комунікативні навички"**

Мета: покращення комунікативних навичок та розвиток вміння ефективно спілкуватися у студентів.

Тривалість: 3 години.

Зміст:

1. Основні принципи ефективної комунікації;
  2. Види комунікації та їх особливості;
  3. Розвиток навичок слухання та взаєморозуміння;
  4. Техніки узгодження інтересів та вирішення конфліктів;
  5. Вправи на покращення комунікативних навичок:
- Рольова гра. Організуйте зустріч з друзями або колегами та запропонуйте рольову гру, під час якої кожен з вас буде відігравати роль іншої людини. Ця вправа допоможе покращити навички спілкування та емпатії.
  - Складання списку запитань. Запропонуйте собі скласти список запитань, які ви б хотіли задати іншій людині під час зустрічі. Це допоможе вам не тільки покращити навички комунікації, але й підготуватися до різних ситуацій.
  - Вправи на увагу та сприйняття. Розгляньте картинку або слухайте пісню і спробуйте описати їхні деталі з точністю до найменшого знаку. Це допоможе розвивати увагу та вміння сприймати інформацію.

- Вправи на міміку та невербальні сигнали. Стежте за своєю мімікою та тілом під час спілкування з іншими людьми. Спробуйте звернути увагу на невербальні сигнали, які ви відправляєте, та покращити їх.
- Техніки слухання. Поставте перед собою мету не тільки слухати іншу людину, але і дійсно розуміти те, що вона говорить. Спробуйте практикувати активне слухання.
- Вправа на активне слухання. Активне слухання - це вміння уважно і з розумінням слухати співрозмовника, відповідати на його запитання та задавати свої власні. Ця вправа допоможе розвинути це вміння у студентів.[20]

### **Заняття 3. Групова робота "Створення спільних цілей"**

Мета: розвиток вмінь студентів створювати спільні цілі та працювати в команді для їх досягнення.

Тривалість: 2 години.

Зміст:

- 1) Визначення цілей та їх важливості у досягненні успіху;
- 2) Розвиток навичок спільної роботи та взаємодії в команді;
- 3) Техніки формулювання та досягнення спільних цілей;

Можна надати додаткові рекомендації щодо програми розвитку/корекції міжособистісних стосунків у студентській групі. Нижче наведено деякі ідеї та підходи, які можуть бути корисними в цьому контексті.

**Розвиток комунікаційних навичок:** Важливо стимулювати розвиток комунікаційних навичок у студентів, адже це допоможе покращити якість міжособистісних стосунків. Це може бути досягнуто через спеціальні тренінги з комунікації, ролеві ігри та інші методики. **Формування позитивного взаємодії:** Студентам потрібно навчатися діяти відповідально і поважати інших у групі. Це можна досягти, формуючи позитивний стиль взаємодії, де кожен член групи поважає думку інших і діє в інтересах всієї групи. **Формування навичок розв'язання конфліктів:** Хоча конфлікти є неодмінною частиною будь-яких міжособистісних стосунків, важливо навчити студентів

ефективно розв'язувати конфлікти. Це можна досягти через навчання стратегій медіації та позитивних методів розв'язання конфліктів. Зниження стигми стосовно проблем ментального здоров'я: Важливо навчити студентів розпізнавати та розуміти проблеми з ментальним здоров'ям, а також знизити стигму, пов'язану з цими проблемами. Це може бути досягнуто через популяризацію проблем ментального здоров'я, проведення тренінгів з розвитку психології.

Для подальшого розвитку міжособистісних стосунків у студентській групі і поліпшення комунікації між її учасниками, може бути рекомендовано наступне:

- Регулярні тренінги з розвитку соціальних навичок: Студентам можна запропонувати більш підготовлені програми тренінгів, які спрямовані на розвиток емоційної інтелектуальності, співпраці та співпереживання. Учасники мають навчитися розуміти свої та інших людей емоційні реакції та вміти ефективно взаємодіяти з іншими.

- Організація спільних заходів: Студентам необхідно працювати як єдиний колектив, а не як окремі індивідууми. Організація спільних заходів та відпочинку може допомогти студентам познайомитися один з одним і взаємодіяти в більш сприятливій атмосфері.

- Створення партнерських взаємин: Студентам можна запропонувати партнерську роботу в малих групах. Це може збільшити взаємодію між ними, а також допомогти їм розвивати навички співпраці, комунікації та роботи в команді.

- Діагностика і корекція конфліктів: Регулярна діагностика і корекція конфліктів може допомогти студентам виявити та розв'язати проблеми взаємодії в ранній стадії. Такі дії можуть допомогти зберегти дружні стосунки між студентами та виключити можливість розриву колективу.

- Відкрита комунікація: Важливо стимулювати відкриту комунікацію в групі.

Надалі, для ефективної реалізації програми корекції міжособистісних стосунків у студентській групі, можна запропонувати наступні рекомендації:

- Забезпечити можливість для взаємодії та спілкування між студентами на позакласному рівні. Для цього можна проводити різноманітні заходи, такі як спортивні змагання, культурні заходи, екскурсії, тощо.

- Організувати тренінги та семінари з комунікації, взаємодії та конфліктології. Це допоможе студентам збагатити свій багаж знань та навичок у цих сферах, а також навчитися конструктивно вирішувати конфлікти.

- Використовувати взаємодію в малих групах під час проведення семінарів та лекцій. Це дозволить студентам більше спілкуватися між собою, вирішувати завдання разом та взаємно допомагати один одному.

- Стимулювати участь студентів у спільних проектах, дослідженнях, наукових роботах та інших заходах, які сприяють розвитку командної роботи. Це дозволить студентам більше спілкуватися та працювати разом, вчитися довіряти один одному та взаємно підтримувати.

- Створити позитивну атмосферу в групі, звертаючи увагу на взаємну повагу, толерантність та підтримку між студентами. Це можна досягти шляхом проведення спільних заходів, які допоможуть зблизити студентів, сприятимуть взаємному знайомству та встановленню дружніх стосунків.[15]

### **Висновки до розділу 3**

Особливо важливим чинником у формуванні позитивних міжособистісних стосунків є взаємодія студентів поза навчальними заняттями, а також спільна участь у соціальних заходах та спортивних змаганнях.

Для покращення міжособистісних стосунків в групі студентів можуть бути використані різноманітні програми соціальної підтримки, які сприяють співпраці та взаємодії між студентами, а також тренінги з розвитку комунікативних та міжособистісних навичок.

Особливу увагу слід приділяти формуванню позитивного клімату в групі, зокрема, заохочувати студентів до взаємодії та співпраці, створювати сприятливі умови для розвитку дружніх взаємин між студентами.

Важливою складовою успішної адаптації студентів є відчуття соціальної підтримки та відповідності соціальним нормам групи. Тому слід сприяти формуванню сприятливої соціальної атмосфери в групі, що забезпечить ефективну адаптацію студентів в університетському середовищі.

Також, на підставі результатів цього дослідження, рекомендується, щоб університети та навчальні заклади надавали можливість студентам брати участь у діяльності, яка сприяє соціалізації та заохочує спілкування та зміцнення довіри. Наприклад, групові проекти, позакласні заходи та вправи з формування команди можуть сприяти розвитку позитивних стосунків між учнями.

Крім того, для викладачів та адміністраторів важливо забезпечити навчання та ресурси для вирішення конфліктів та ефективного спілкування. Це може включати семінари з активного слухання, емпатії та навичок ведення переговорів. Загалом, сприяння позитивним міжособистісним стосункам у студентських групах може мати значні переваги для індивідуального благополуччя, успіху в навчанні та загальної згуртованості групи. Впроваджуючи цілеспрямовані заходи та стратегії для підтримки позитивних стосунків, навчальні заклади можуть допомогти учням розвинути навички та мережі соціальної підтримки, необхідні їм для успіху як в академічному, так і в особистому плані.

## ВИСНОВКИ

1. Міжособистісні стосунки в групі - це взаємодія та спілкування між людьми, які знаходяться в спільному середовищі і мають спільні цілі та інтереси. Вони можуть впливати на ефективність роботи групи та на самопочуття кожного її учасника. Міжособистісні стосунки відіграють важливу роль у нашому житті, оскільки ми постійно перебуваємо в контакті з іншими людьми. У групах, таких як клас, робочий колектив, друзі, формуються різні типи міжособистісних стосунків, які можна класифікувати за деякими ознаками. Міжособистісні стосунки в групі студентів можуть бути дуже різноманітні та відрізнятися за характером та інтенсивністю взаємодії між учасниками: формальні, інформативні, конфліктні, колаборативні стосунки. За рівнем близькості: близькі стосунки, особисті стосунки, соціальні стосунки. За характером відносин: дружба, коаліція, конкуренція, ворожнеча. За цілями стосунків: співпраця, підтримка, знайомства розваги.

2. Міжособистісні стосунки в групі можуть впливати на адаптацію студентів до навчання у ЗВО. Це може бути зумовлено тим, що студенти проводять багато часу в групах, спілкуючись зі своїми одногрупниками. Якщо стосунки в групі є позитивними, то студенти можуть відчувати підтримку, допомогу та співчуття, що може полегшити їхню адаптацію до нового навчального середовища. З іншого боку, негативні міжособистісні стосунки в групі можуть викликати стрес та тривогу, що може ускладнити адаптацію студентів до навчання. Також, якщо студент відчувається відкинутим або ізольованим від групи, це може спричинити відчуття самотності та неприйнятності, що також може вплинути на їхню адаптацію до навчання.

Узагалі, студенти можуть відчувати багато викликів під час адаптації до навчання у ЗВО, але позитивні міжособистісні стосунки в групі можуть бути важливим фактором для полегшення цього процесу. Тому важливо приділяти достатню увагу цьому аспекту та забезпечити оптимальні умови для адаптації студентів до нового навчального середовища.

Отже, можна зробити висновок, що міжособистісні стосунки в групі мають важливе значення для адаптації студентів до навчання у ЗВО. Для полегшення адаптації студентів важливо сприяти створенню позитивних міжособистісних стосунків в групі та забезпечити підтримку для тих, хто відчуває себе відкинутим або ізольованим від групи.

3. Для того, щоб створити позитивні міжособистісні стосунки в групі, важливо сприяти комунікації між студентами та сприяти спільним заняттям і активностям. Це може включати такі заходи, як спільні проекти, групові дискусії та обговорення, спортивні та культурні заходи тощо.

Також важливо забезпечити можливості для студентів взаємодіяти зі своїми наставниками та викладачами, які можуть допомогти їм адаптуватися до навчального процесу. Наставники та викладачі можуть стати наставниками та приятелями для студентів, надати їм корисні поради та підтримку.

Окрім того, важливо створити сприятливе середовище для студентів у навчальному закладі. Це може включати забезпечення зручного доступу до кімнат для відпочинку та взаємодії, наявність спеціальних програм та послуг для студентів з особливими потребами, а також сприяння інтеграції студентів з інших країн та культур.

Важливо створювати безпечне та відкрите середовище, де студенти можуть вільно висловлювати свої думки та ідеї, ділитися своїми досвідами та знаннями, та знаходити спільні цінності. Це можна зробити шляхом забезпечення підтримки та допомоги від викладачів та інших працівників ЗВО.

Важливо також надавати студентам можливості для саморозвитку та самовдосконалення. Для цього можна організовувати курси та тренінги, які допоможуть студентам розвивати навички комунікації, лідерства, співпраці та інших соціальних навичок, які є важливими для успішного навчання та подальшої професійної діяльності.

Крім того, важливо враховувати індивідуальні потреби та особливості кожного студента. Кожен студент має свої унікальні потреби та вимоги, тому важливо забезпечити індивідуальний підхід до кожного студента. Для цього

можна проводити індивідуальні консультації зі студентами, встановлювати особисті цілі та завдання, а також забезпечувати підтримку та допомогу в процесі навчання. Також важливо надавати студентам можливості для самовираження та самореалізації. Для цього можна організовувати різноманітні проекти, конкурси та заходи, де студенти зможуть виявити свої таланти та здібності, а також розвивати свої інтереси та пасії.

Не менш важливим є розвиток емоційної стійкості та психологічної здатності до адаптації. Для цього можна проводити тренінги з психології, включаючи тренінги з розвитку емоційної інтелігентності та стресостійкості. Це допоможе студентам бути більш стійкими до негативних впливів, що можуть виникати під час навчання, та допоможе їм легше адаптуватися до нових умов та ситуацій. Отже, для полегшення адаптації студентів до навчання у ЗВО важливо створити позитивні міжособистісні стосунки в групі, забезпечити підтримку та допомогу від викладачів та інших працівників ЗВО, враховувати індивідуальні потреби та особливості кожного студента, надавати можливості для самовираження та самореалізації.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Moreno J.L. Who shall survive? A new approach to the problem of human interrelations. – Washington, DS: Nervous and Mental Disease Publishing Company, 1934. – 440 p.
2. Mayo, E. (1945). "The Social Problems of an Industrial Civilization"
3. Коваль, І. В. (2018). Міжособистісні стосунки та їх роль у розвитку соціальних навичок учнів (дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук). Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ.
4. Рошан, М.А., Коваль, І.В. (2019). Взаємозв'язок між соціальною адаптацією та міжособистісними стосунками студентів. Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. 323, 102-110.
5. Хатчінсон, М. & Пірсон, М. (2018). Розвиток соціальних навичок через роботу в групах. Інтернет-журнал "Наука та освіта", 8.
6. Шевченко, О. О. (2017). Міжособистісні відносини та соціальна адаптація студентів до навчальної діяльності вищого навчального закладу (дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук). Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ.
7. Сергієнко Н.П., доцент, кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології НУЦЗУ Рябуха Л.В., студентка соціально-психологічного факультету НУЦЗУ «МІЖСОБИСТІСНІ ВІДНОСИНИ ТА ЇХ РОЛЬ В УЧБОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ТА КУРСАНТІВ НУЦЗУ». URL:<http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/1204/1/МІЖСОБИСТІСНІ%20ВІДНОСИНИ%20ТА%20ЇХ%20РОЛЬ%20В%20УЧБОВІЙ%20ДІЯЛЬНОСТІ%20СТУДЕНТІВ%20ТА%20КУРСАНТІВ%20НУЦЗУ%202014.pdf>

8. Н.В. РУДЕНКО Харківський національний автомобільно-дорожній університет «Педагогічні умови формування міжособистісних взаємин студентів у позанавчальній виховній роботі ВТНЗ »  
URL :<http://eprints.knam.e.edu.ua/29524/1/100.pdf>
9. Орбан-Лембрик Л. Б. Комунікативний простір міжособистісних відносин // Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки. – Вип. 4. – Івано-Франківськ, 2003. – С. 130-136.
10. Кіркпатрік Д. URL:[https://tourlib.net/statti\\_ukr/cvilyj5.htm](https://tourlib.net/statti_ukr/cvilyj5.htm)
- 11.С. С. Хлєстова СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ МЕДИЧНОГО ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.URL:[https://dspace.vnmu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/5713/2021\\_%D0%A1%D0%BE%D1%86\\_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85\\_%D0%BA%D0%BB%D1%96%D0%BC%D0%B0%D1%82\\_%D0%BC%D0%B0%D0%B9%D0%B1\\_%D0%BB%D1%96%D0%BA\\_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85\\_%D0%B2\\_%D1%83%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%85\\_%D0%BC%D0%B5%D0%B4\\_%D0%B7%D0%B0%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%83.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.vnmu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/5713/2021_%D0%A1%D0%BE%D1%86_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85_%D0%BA%D0%BB%D1%96%D0%BC%D0%B0%D1%82_%D0%BC%D0%B0%D0%B9%D0%B1_%D0%BB%D1%96%D0%BA_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85_%D0%B2_%D1%83%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%85_%D0%BC%D0%B5%D0%B4_%D0%B7%D0%B0%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D1%83.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- 12.Морено Я.-Л. Социометрия: Экспериментальный подход и наука об обществе / Я.-Л. Морено. – М. : Академический проект, 2001. – 416 с.
- 13.Гончарова Г.О. Особливості розвитку ставлень майбутніх працівників підрозділів превентивної діяльності Національної поліції України до соціально-професійного оточення. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.06 – «Юридична психологія». – Харківський національний університет внутрішніх справ, Харків, 2018.
- 14.Мілорадова Н. Е., Попова Г. В. Професіогенез особистості: сутність та особливості. Актуальні проблеми сучасної психології та педагогіки

- вищих навчальних закладів МВС України : матеріали наук.-практ. конф. (Харків, 14 берез. 2014 р.) / МВС України, Харк. нац. ун-т внутр. справ. 2014. С. 204-206.
15. Романець В.А., Манюха І.П. Історія психології ХХ століття. К.:Либідь, 1998. 992с.
16. Boyes, C. (2016). *The Happy Student: 5 Steps to Academic Fulfillment and Success*. NY: NYU Press.
17. Cohen, E. G. (1994). Restructuring the classroom: Conditions for productive small groups. *Review of Educational Research*, 64(1), 1-35.
18. Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2013). *Joining Together: Group Theory and Group Skills*. NJ: Pearson.
19. Яковлєва, Л.В. (2019). Психологічні особливості формування та розвитку міжособистісних стосунків молодших школярів в контексті навчально-виховного процесу. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України*. 317, 87-92.
20. Van Dyne, L., & LePine, J. A. (1998). Helping and voice extra-role behaviors: Evidence of construct and predictive validity. *Academy of management Journal*, 41(1), 108-119.
21. Wegner, D. M. (1987). Transactive memory: A contemporary analysis of the group mind. In M. M. Beyerlein & D. A. Johnson (Eds.), *Advances in interdisciplinary studies of work teams* (Vol. 3, pp. 3-30). Greenwich, CT: JAI Press.
22. Wheeler, L. (1966). Motivation as related to inter- and intra-individual differences. In D. Levine (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (Vol. 14, pp. 57-98). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
23. Willer, D., & Neuberg, S. L. (2002). Resolving everyday conflict. In M. A. Hogg & R. S. Tindale (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Group processes* (pp. 451-469). Oxford, UK: Blackwell.
24. Zhang, Z. X., & Chen, P. Y. (2010). Interpersonal trust in cross-cultural settings. In M. J. Gelfand & J. L. Raver (Eds.), *Handbook of advances in*

- culture and psychology (pp. 307-340). New York, NY: Oxford University Press.
25. Zhou, J., & George, J. M. (2003). Awakening employee creativity: The role of leader emotional intelligence. *The Leadership Quarterly*, 14(4), 545-568.
  26. Карпенко, О.В. (2017). Розвиток міжособистісних взаємин в студентській молоді: теорія і практика. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*, 2(2), 67-70.
  27. Козловська, І.В. (2015). Психологічні аспекти розвитку міжособистісних відносин в групах студентів. *Молодий вчений*, 7(25), 204-208.
  28. Коломієць, Л.А. (2016). Стан міжособистісних відносин у студентських групах. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки*, 80, 105-110.
  29. Малєєва, Т.В. (2015). Міжособистісні відносини студентів у процесі педагогічної взаємодії. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*, 131, 166-170.
  30. Маруняк, А.О., Корнус, А.О. (2016). Особливості міжособистісних стосунків студентів в умовах вищого навчального закладу. *Науковий вісник Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди. Серія: Психологічні науки*, 3(11), 107-111.
  31. Павленко, Т.Ю. (2017). Міжособистісні взаємини в студентській групі як фактор адаптації до вищого навчального закладу. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Педагогіка*, 3(13), 67-71.
  32. Іванова Л.О., Іванов В.В. Міжособистісні стосунки в молодіжному середовищі. Київ: Видавництво "Софія", 2004.
  33. Карпенко О.В. Міжособистісні стосунки в молодіжному середовищі: психологічні аспекти. Київ: Видавничий дім "Слово", 2017.
  34. Корнієнко О.Ю. Міжособистісні стосунки та емоційний інтелект: взаємозв'язок та взаємодія. *Вісник Київського національного*

- університету імені Тараса Шевченка. Психологія, 2018. № 2 (64), с. 38-42.
35. Москаленко І.В. Міжособистісні стосунки у студентському середовищі: особливості, проблеми, шляхи розвитку. Педагогіка і психологія професійної освіти, 2019. № 2 (28), с. 100-106.
36. Семенов О.Ю. Соціально-психологічні аспекти міжособистісних стосунків в групах навчального закладу. Соціальна психологія, 2013. № 1 (45), с. 36-47.
37. Столяренко Л.Д. Міжособистісні стосунки та емоційний інтелект: питання взаємодії. Наукові записки. Серія: Психологія, 2016. Т. 24, с. 125-129.
38. Харченко О.І., Журавель Т.І. Міжособистісні стосунки у студентському середовищі: проблеми та шляхи вирішення. Педагогічний процес: теорія та практика, 2015. Т. 1 (44), с. 97-102.
39. Шишкіна М.П. Міжособистісні стосунки в групі та їх роль у розвитку особистості.
40. М. М. Горбатюк. МІЖОСОБИСТІСНІ СТОСУНКИ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНОГО СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ.
41. Методика діагностики комунікативної установки» В. Бойко [13с. 298–311]
42. Adams, G. R., & Ward, C. (2016). Relationships in the university setting. In Handbook of Adolescent Development Research and Its Impact on Global Policy (pp. 349-366). Oxford University Press.
43. Dika, S. L., & D'Amico, M. M. (2016). Early college students' sense of belonging in engineering: Differences by gender and first-generation status. Journal of Engineering Education, 105(1), 76-97.
44. Kuh, G. D., Kinzie, J., Buckley, J. A., Bridges, B. K., & Hayek, J. C. (2006). What matters to student success: A review of the literature. Commissioned Report for the National Symposium on Postsecondary Student Success: Spearheading a Dialog on Student Success. National Postsecondary

- Education Cooperative.
45. Pascarella, E. T., & Terenzini, P. T. (2005). How college affects students: A third decade of research (Vol. 2). Jossey-Bass.
  46. Rovai, A. P. (2003). In search of higher persistence rates in distance education online programs. *The Internet and Higher Education*, 6(1), 1-16.
  47. Tinto, V. (1993). *Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition*. University of Chicago Press.
  48. Umbach, P. D., & Wawrzynski, M. R. (2005). Faculty do matter: The role of college faculty in student learning and engagement. *Research in Higher Education*, 46(2), 153-184.
  49. Vogt, K. E., & Bridges, B. K. (2010). Developing relationships with students. In L. J. Saha & A. G. Dworkin (Eds.), *International Handbook of Research on Teachers and Teaching* (pp. 161-170). Springer.
  50. Whitt, E. J., Edison, M. I., Pascarella, E. T., & Terenzini, P. T. (2001). The influence of campus experiences on the development of leadership abilities in college students. *Journal of College Student Development*, 42(1), 15-28.
  51. Williams, E. A., & Williams, C. L. (2011). Group processes: Dynamics within and between groups. In S. G. Rogelberg (Ed.), *The SAGE Handbook of Organizational Research Methods* (pp. 437-454). Sage Publications.
  52. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. Москва : Филин, 1996. 362 с.
  53. Юсупов І. М. Психологія емпатії. Теоретичні та прикладні аспекти. Спб., 2012. 134 URL: <https://ojs.tdmu.edu.ua/index.php/nursing/article/download/51725/4727/> (дата звернення 14.01.20).

Всього джерел – 53

Джерела зарубіжних авторів за останні п'ять років – 20  
(13,14,15,17,18,19,20,21,22,40,41,42,43,44,45,46,47,48,49,51)

Джерела українських авторів за останні п'ять років – 33  
(1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,23,24,24,26,27,28,29,30-39,52,53)

## ДОДАТКИ

Додаток А

### Опитувальник з дослідження міжособистісних стосунків студентів.

- 1) Як часто Ви відчуваєте незручність у спілкуванні з іншими людьми?
- 2) Як часто Ви відчуваєте необхідність перебивати інших людей в розмові, щоб висловити свою думку?
- 3) Як часто Ви слухаєте інших людей, коли вони говорять?
- 4) Як часто Ви підтримуєте розмову з іншими людьми, коли вона здається складною?
- 5) Як часто Ви відчуваєте, що не розумієте іншу людину?
- 6) Як часто Ви використовуєте невербальні засоби комунікації (жести, міміку, тощо)?
- 7) Як часто Ви проявляєте терпимість до інших людей, коли Ви не згодні з їхньою думкою?
- 8) Як часто Ви намагаєтеся зрозуміти позицію іншої людини, коли Ви з нею не згодні?
- 9) Як ви оцінюєте стосунки зі своїми одногрупниками?
- 10) Як часто ви спілкуєтесь зі своїми одногрупниками поза навчальною діяльністю?
- 11) Чи є у вас друзі серед одногрупників?
- 12) Як часто ви допомагаєте своїм одногрупникам у навчанні?
- 13) Як ви вирішуєте конфлікти зі своїми одногрупниками?
- 14) Чи були ви коли-небудь свідком або учасником конфлікту між іншими одногрупниками?
- 15) Як ви вважаєте, чи впливають міжособистісні стосунки в групі на вашу успішність у навчанні?
- 16) Які риси характеру ви вважаєте найбільш важливими для успішних міжособистісних стосунків у групі?
- 17) Які заходи, на ваш погляд, можна було б вжити для покращення міжособистісних стосунків у вашій групі?
- 18) Чи впливають ваші міжособистісні стосунки у групі на вашу настрій та емоційний стан?

**Опитувальник на діагностику комунікативної толерантності  
(В. Бойко)**

Тестовий матеріал:

1.

- a) Повільні люди зазвичай діють мені на нерви.
- b) Мене дратують метушливі, непосидючі люди.
- c) Галасливі дитячі ігри переношу з працею.
- d) Оригінальні, нестандартні особистості найчастіше діють на мене негативно.
- e) Бездоганний у всіх відношеннях людина насторожив би мене.

2.

- a) Мене зазвичай виводить з рівноваги некмітливий співрозмовник.
- b) Мене дратують любителі поговорити.
- c) Я обтяжувався б розмовою з байдужим для мене попутником в поїзді, літаку, якщо він проявить ініціативу.
- d) Я обтяжувався б розмовами випадкового попутника, який поступається мені за рівнем знань і культури.
- e) Мені важко знайти спільну мову з партнерами іншого інтелектуального рівня.

3.

- a) Сучасна молодь викликає неприємні почуття своїм зовнішнім виглядом (зачіска, косметика, одяг).
- b) Деякі люди справляють неприємне враження своїм безкультур'ям.
- c) Представники деяких національностей в моєму оточенні відверто не симпатичні мені.
- d) Є тип чоловіків (жінок), який я не виношу.
- e) Терпіти не можу ділових партнерів з низьким професійним рівнем.

4.

- a) Вважаю, що на грубість треба відповідати тим же.
- b) Мені важко приховати, якщо людина мені чим-небудь неприємний.
- c) Мене дратують люди, які прагнуть в суперечці настояти на своєму.

- d) Мені неприємні самовпевнені люди.
- e) Зазвичай мені важко втриматися від зауваження на адресу озлобленого або нервового людини, який штовхається в транспорті.

5.

- a) Я маю звичку повчати оточуючих.
- b) Невиховані люди обурюють мене.
- c) Я часто ловлю себе на тому, що намагаюся виховувати кого-небудь.
- d) Я за звичкою постійно роблю кому-небудь зауваження.
- e) Я люблю командувати близькими.

6.

- a) Мене дратують люди похилого віку, коли в годину пік вони виявляються в міському транспорті або в магазинах.
- b) Жити в номері готелю зі сторонньою людиною - для мене просто катування.
- c) Коли партнер не погоджується в чомусь з моєї правильною позицією, то зазвичай це дратує мене.
- d) Я проявляю нетерпіння, коли мені заперечують.
- e) Мене дратує, якщо партнер робить щось по-своєму, не так, як мені того хочеться.

7.

- a) Зазвичай я сподіваюся, що моїм кривдникам дістанеться по заслугах.
- b) Мене часто дорікають в буркотливості.
- c) Я довго пам'ятаю завдані мені образи тими, кого я ціную або поважаю.
- d) Не можна прощати товаришам по службі безтактні жарти.
- e) Якщо діловий партнер ненавмисно зачепить моє самолюбство, я на нього, проте, ображуся.

8.

- a) Я засуджую людей, які плачуться в чужу жилетку.
- b) Внутрішньо я не схвалюю колег (приятелів), які при нагоді розповідають про свої хвороби.
- c) Я намагаюся йти від розмови, коли хто-небудь починає скаржитися на

своє сімейне життя.

- d) Зазвичай я без особливої ??уваги вислуховую сповіді друзів (подруг).
- e) Мені іноді подобається позлити кого-небудь з рідних або друзів.

9.

- a) Як правило, мені важко йти на поступки партнерам.
- b) Мені важко ладити з людьми, у яких поганий характер.
- c) Зазвичай я насилу пристосовуюся до нових партнерів по спільній роботі.
- d) Я утримуюся підтримувати відносини з дещо дивними людьми.
- e) Найчастіше я з принципу наполягаю на своєму, навіть якщо розумію, що партнер прав.

**Діагностика схильності до конфліктної поведінки Методика****К. Томаса діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки,  
адаптація Н.В. Гришиної.**

1. А. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за вирішення спірного питання.  
Б. Замість того, щоб обговорювати те, в чому ми розходимося, я стараюся звернути увагу на те, з чим ми обидва не згодні.
2. А. Я стараюся знайти компромісне рішення.  
Б. Я намагаюся улагодити справу з урахуванням інтересів іншого і моїх власних.
3. А. зазвичай я настійливо прагну добитися свого.  
Б. Я стараюся заспокоїти іншого і, головним чином, зберегти наші відносини.
4. А. Я намагаюся знайти компромісне рішення.  
Б. Іноді я жертвую своїми власними інтересами заради інтересів іншої людини.
5. А. Улагоджуючи спірну ситуацію, я весь час стараюся знайти підтримку у іншого.  
Б. Я намагаюся зробити все, щоб уникнути напруженості, від якої немає ніякої користі.
6. А. Я намагаюся уникнути виникнення прикрощів для себе.  
Б. Я намагаюся добитися свого.
7. А. Я намагаюся відкласти розв'язання спірного питання з тим, щоб згодом вирішити його остаточно.  
Б. Я вважаю за необхідне в чомусь поступитися, щоб домогтися іншого.
8. А. зазвичай я наполегливо прагну домогтися свого.

Б. Я насамперед стараюся ясно визначити те, в чому полягають всі порушені інтереси і питання.

9. А. Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

Б. Я роблю зусилля, щоб домогтися свого.

10. А. Я твердо прагну досягнути свого.

Б. Я намагаюся знайти компромісне рішення.

11. А. Я насамперед стараюся ясно визначити те, в чому полягають всі порушені інтереси і питання.

Б. Я стараюся заспокоїти іншого, і головним чином, зберегти наші відносини.

12. А. Часто я намагаюся не займати позицію, яка може викликати суперечки.

Б. Я даю можливість іншому в чомусь залишитися при своїй думці, якщо він також іде мені назустріч.

13. А. Я пропоную середню позицію.

Б. Я наполягаю, щоб було зроблено по-моєму.

14. А. Я повідомляю іншому свою точку зору і питаю про його погляди.

Б. Я намагаюся показати іншому логіку і перевагу моїх поглядів.

15. А. Я стараюся заспокоїти іншого, і головним чином, зберегти наші відносини.

Б. Я стараюся зробити все необхідне, щоб уникнути напруженості.

16. А. Я стараюся не зачепити почуттів іншого.

Б. Я намагаюся переконати іншого в перевагах моєї позиції.

17. А. зазвичай я наполегливо стараюся домогтися свого.

Б. Я стараюся зробити все, щоб уникнути напруженості,

від якої немає ніякої користі.

18. А. Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти

на своєму.

Б. Я даю можливість іншому в чомусь залишитися при своїй думці, якщо він також іде мені назустріч.

19. А. Я, насамперед, стараюся ясно визначити те, в чому полягають всі

порушені інтереси і спірні питання.

Б. Я стараюся відкласти розв'язання спірного питання з тим, щоб згодом вирішити його остаточно.

20. А. Я намагаюся негайно подолати наші розбіжності.

Б. Я стараюся знайти найкраще поєднання вигравів і втрат для нас обох.

21. А. Ведучи переговори, я стараюся бути уважним до бажань іншого.

Б. Я завжди схиляюся до прямого обговорення проблеми.

22. А. Я намагаюся знайти позицію, яка знаходиться посередині між моєю

позицією і точкою зору іншої людини.

Б. Я відстоюю свої бажання.

23. А. Як правило, я заклопотаний тим, щоб задовольнити бажання кожного з

нас.

Б. Іноді я надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання.

24. А. Якщо позиція іншого здається йому дуже важливою, я постараюся піти назустріч його бажанням.

Б. Я стараюся переконати іншого прийти до компромісу.

25. А. Я намагаюся показати іншому логіку і перевагу моїх поглядів.

Б. Ведучи переговори, я стараюся бути уважним до бажань іншого.

26. А. Я пропоную середню позицію.

Б. Я майже завжди заклопотаний тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

27. А. Часто уникаю займати позицію, яка може викликати суперечки.

Б. якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.

28. А. зазвичай я настійно прагну добитися свого.

Б. Улагоджуючи ситуацію, я зазвичай стараюся знайти підтримку у іншого.

29. А. Я пропоную середню позицію.

Б. Думаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.

30. А. Я стараюся не зачепити почуттів іншого.

Б. Я завжди займаю таку позицію в спірному питанні, щоб ми спільно з іншою зацікавленою людиною могли домогтися успіху.

**Опитувальник на визначення рівня комунікативної емпатії****(І. Юсупов).**

1. Мені більше подобаються книги про подорожі, ніж із серії «Життя чудових людей».
2. Дорослих дітей дратує турбота батьків.
3. Мені подобається розмірковувати про причини успіхів та невдач інших людей.
4. Серед всіх музичних телепередач волію «Сучасні ритми».
5. Надмірну дратівливість і несправедливі закиди хворого треба терпіти, навіть якщо вони тривають роками.
6. Хворій людині можна допомогти навіть словом.
7. Стороннім людям не слід втручатися в конфлікт між двома особами.
8. Старі люди, як правило, образливі без причин.
9. Коли в дитинстві слухав сумну історію, на мої очі самі по собі наверталися сльози.
10. Роздратований стан моїх батьків впливає на мій настрій.
11. Я байдужий до критики на мою адресу.
12. Мені більше подобається розглядати портрети, ніж картини з пейзажами.
13. Я завжди прощав все батькам, навіть якщо вони були не праві.
14. Якщо кінь погано тягне, її потрібно шмагати.
15. Коли я читаю про драматичні події в житті людей, то відчуваю, ніби це відбувається зі мною.
16. Батьки ставляться до своїх дітей справедливо.
17. Бачачи сваряться підлітків або дорослих, я втручаюся.
18. Я не звертаю уваги на поганий настрій своїх батьків.
19. Я подовгу спостерігаю за поведінкою тварин, відкладаючи інші справи.
20. Фільми і книги можуть викликати сльози тільки у несерйозних людей.
21. Мені подобається спостерігати за виразом обличчя і поведінкою незнайомих людей.
22. У дитинстві я приводив додому бездомних кішок і собак.

- 23.Всі люди необгрунтовано озлоблені.
- 24.Дивлячись на сторонню людину, мені хочеться вгадати, як складеться його життя.
- 25.У дитинстві молодші за віком ходили за мною по п'ятах.
- 26.При вигляді покаліченого тваринного я намагаюся йому чимось допомогти.
- 27.Людині стане легше, якщо уважно вислухати його скарги.
- 28.Побачивши вуличну пригоду, я намагаюся не потрапляти в число свідків.
- 29.Молодшим подобається, коли я пропоную їм свою ідею, справу або розвагу.
- 30.Люди перебільшують здатність тварин відчувати настрій свого господаря.
- 31.З скрутної конфліктної ситуації людина повинна виходити самостійно.
- 32.Якщо дитина плаче, на те є свої причини.
- 33.Молодь повинна завжди задовольняти будь-які прохання і дивацтва людей похилого віку.
- 34.Мені хотілося розібратися, чому деякі мої однокласники іноді були замислені.
- 35.Безпритульних домашніх тварин слід відловлювати і знищувати.
- 36.Якщо мої друзі починають обговорювати зі мною свої особисті проблеми, я намагаюся перевести розмову на іншу тему.

**Обробка даних. Діагностика схильності до конфліктної поведінки**  
**Методика К. Томаса діагностики схильності особистості до конфліктної**  
**поведінки, адаптація Н.В. Гришиної.**

Питання	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
1				А	Б
2		Б	А		
3	А				Б
4			А		Б
5		А		Б	
6	Б			А	
7			Б	А	
8	А	Б			
9	Б			А	
10	А		Б		
П		А			Б
12			Б	А	
13	Б		А		
14	Б	А			
15				Б	А
16	Б				А
17	А			Б	
18			Б		А
19		А		Б	
20		А	Б		
21		Б			А
22	Б		А		
23		А		Б	
24			Б		А
25	А				Б
26		Б	А		
27				А	Б
28	А	Б			
29			А	Б	
30		Б			А